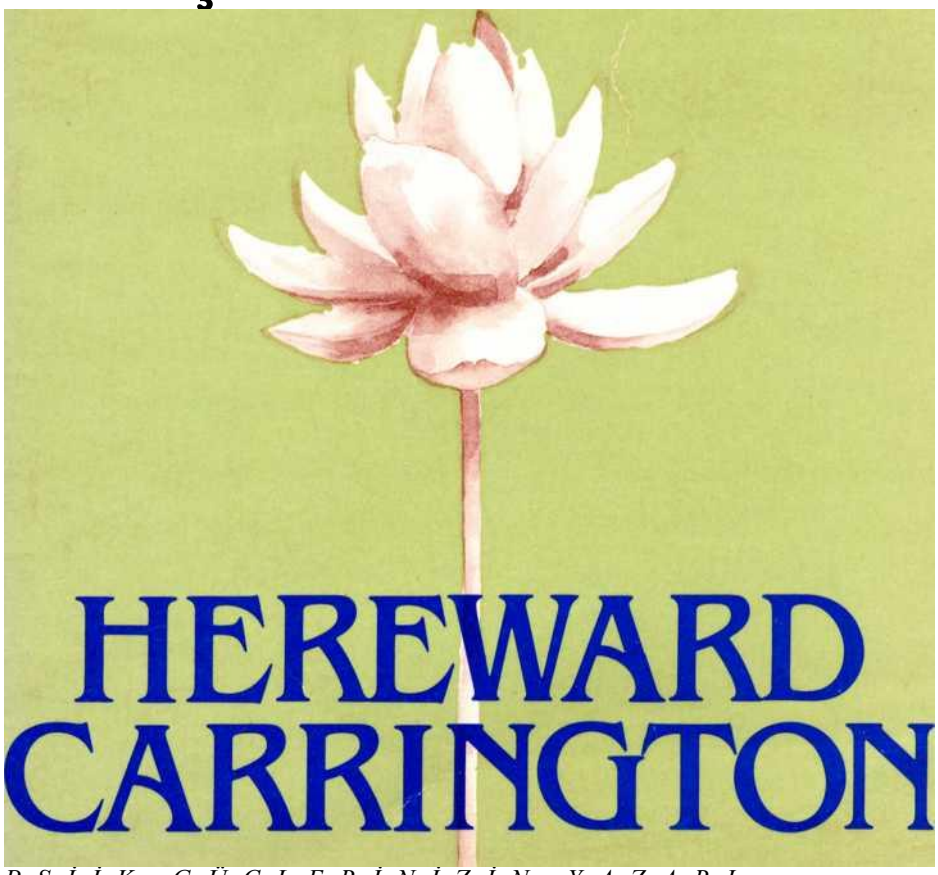
DAHA YÜKSEK psişik GELİŞİM



PSİİK GÜÇLERİNİZİN YAZARI

BİR GİZLİ KLASİK

HEREWARD CARRINGTON

Yogik teorileri ve uygulamaları batı dünyasına ilk sunanlardan biriydi. Bu, 20. yüzyılın başlarında YOUR PSYCHIC POWERS kitabının (ayrıca Newcastle Publishing'ten) devamı olarak yazdığı ve "Hindu Yogilerin iç sırları" ile ilgili çalışmalarının ve deneyimlerinin sonuçlarını paylaştığı belgesidir. Hindu felsefi sisteminin ve Yoga'nın Vedanta ile ilişkisinin kısa ve öz bir açıklamasıyla başlayan Carrington, zihni ve bedeni meditasyona hazırlamada Yoga asanalarının oynadığı önemli rolü gösteriyor. Bu da Dharana'ya (konsantrasyon) yol açar; Dhyana (birleşme); ve Samadhi (kozmik bilinç).

Kundalini doktrinini ve onun uyanışın bahşettiği psişik armağanları, Karma'yı, kara büyüyü ve astral projeksiyonu kolaylaştırmak için ayrıntılı talimatları tartışıyor.

NEWCASTLE YAYINCILIK CO., INC. • PO BOX 7589, VAN NUYS, CA 91409

Psişik Güçleriniz ve Bunları Nasıl Geliştireceğiniz

YÜKSEK PSİKİK GELİŞİM

(Yoga Felsefesi)

ile

HEREWARD CARRINGTON, PhD.

NEWCASTLE YAYINCILIK CO., INC. KUZEY HOLLYWOOD, KALİFORNİYA**1983**

TELİF HAKKI © 1983
NEWCASTLE PUBLISHING CO., INC. NORTH HOLLYWOOD, KALİFORNİYA TÜM HAKLARI SAKLIDIR ISBN 0-87877-070-4
A NEWCASTLE BOOK İlk baskı Ekim 1983 Amerika Birleşik Devletleri'nde basılmıştır.

Aşağıdaki çalışma, esasen 1918'de New York'taki Psikolojik Araştırma Derneği önünde verilen on iki konferanstan oluşuyor.*doğaçlama,*el yazması olmadan ve son yayınları sırasında hiç düşünülmeden. Bu nedenle, bazı küçük tekrarlar içerirler ve belki de önceden yazılmış olsalardı içerebilecekleri belirli bir edebi nitelikten yoksundurlar. Bununla birlikte, o sırada aldığım stenografi notlardan - yalnızca birkaç sözlü değişiklik yaparak - orijinal biçimlerini neredeyse korudum.

Her Dersin sonunda, bir dizi soru soruldu ve yanıtlandı ve bunlardan birkaçını -belki de genel okuyucu için özel ilgi olduğunu düşünerek- aklımda tuttum. Bu soruların ve cevapların büyük çoğunluğunun atlandığını söylemeye gerek yok!

Bu kitap, bir bakıma, önceki çalışmamın devamı niteliğindedir.*Psişik Güçleriniz: ve Nasıl Geliştirilir?*ve ciddi öğrenciye - eğer psişik bilimin temel temelleri hakkında kapsamlı bir bilgi edinmemişse - önce bu cildi okuması tavsiye edilir.*Daha Yüksek Psişik Gelişim,*adından da anlaşılacağı gibi, az çok ileri düzeydeki öğrenciler için bir "lisansüstü ders" ve daha önce hiç İngilizce eserde - bildiğim kadarıyla - yayınlanmamış bilgiler ve "sırlar" içeriyor. Kitap birçok içerir

Hindu Yogilerin gizli, dikkatle korunan içsel "sırları" -yazarın birkaç yıllık fiili deneyiminin ve deneylerinin yanı sıra yayınlanan tüm materyalleri kapsamlı -aslında ayrıntılı- incelemesinin bir sonucu olarak elde edildi. Üstelik kitabın başlıca amaçlarından biri, bu Yoga uygulamaları ile Batı bilimi, felsefesi ve psişik araştırmalarımız arasında bağlantı kurmak veya aralarındaki bağlantıları göstermektir. Bu malzemenin çoğu şimdiye kadar yalnızca Sanskrit dilinde mevcuttu veya öğretmenden öğrenciye ağızdan ağza aktarıldı. Gerçek*yöntem*çünkü bu güçlerin gelişimi şimdi ilk kez ve öğrenciye uygun uygulamalı alıştırmalarla oldukça ayrıntılı bir şekilde açıklanıyor.

Bu kitabı oluşturan Dersler, elbette Arthur Avalon'un büyük eserinin yayınlanmasından önce verildi.*Yılan Gücü*- konusunu* ele alan yaklaşık 500 sayfalık devasa bir inceleme*Kundalini*ve*Çakralar*çok detaylı. Bu nedenle, bu Dersleri hazırlarken bu çalışmaya başvurma avantajına sahip değildim; ama kendi kitabım matbaada dolaşırken, ondan birkaç alıntı ve dipnot ekledim. Bunları ve bu kaynaktan alınan diğer birçok değerli bilgiyi burada kabul ediyorum. Ancak Avalon'un kitabı o kadar teknik bir karaktere sahip ve Sanskritçe terimlerle o kadar dolu ki, muhtemelen ortalama bir okuyucu için neredeyse anlaşılmaz olacak. Ancak bu kitabı okuduktan sonra, Avalon'un çalışmaları hem zevkle hem de yararla incelenebilir; ve bu fırsatı okuyucunun dikkatini bu ustaca incelemeye çekmek için kullanıyorum. (Arthur Avalon aynı zamanda*Tantrik Metinler* (*Tantralar*)—elbette Hindu Okült bilgeliğinin büyük deposunu oluşturur.)

Bu Dersleri yayınladığım için çeşitli gerekçelerle eleştirileceğimden hiç şüphem yok. Her şeyden önce terminolojim sorgulanabilir - örneğin çeviri yaptığımda olduğu gibi.-*Pratyahara*"meditasyon" olarak. Bununla birlikte, bu kelimeyi baştan sona özel bir anlamda kullandım ve genellikle "iç gözlem" terimini kendi kullanımımla eşanlamlı olarak kullandım. Ben bu anlamda kullanıyorum; ve bu kullanım için yeterli yetkiye sahip olduğuma inanıyorum.

İkincisi, halka bu tür "içsel" ve "tehlikeli" sırlar verdiğim için kınanacağım! Bu itirazı birkaç kez yanıtladım ve burada yalnızca, deney yapmaktan, araştırmaktan korkan, inançlarının cesaretinden yoksun olan ve sürekli olarak başkalarını bu konuda uyaran "psişik korkaklara" pek sempati duymadığımı söylemem gerekiyor. herhangi bir biçimdeki psişik araştırma ve deneylerle bağlantılı "tehlikeler". Her alanda olduğu gibi bu alanda da deney yapılmadan hiçbir şey öğrenilemez; ve eğer birkaç dengesiz insan bu deneyleri yaparken kendilerine zarar verdiyse, binlerce kişinin bunlardan fayda sağladığını söylemek güvenlidir; çoğunluk, muhtemelen, ufak bir araştırmadan sonra, şu ya da bu şekilde gözle görülür bir etki olmaksızın konuyu bıraktı! Ancak birçok durumda,

Sonuç olarak, bu Konferans dizisinde yer alan "dogmatik" ifadelerin ve iddiaların her zaman kendi kişisel bakış açımı veya inançlarımı içermediğini söylemek ve özellikle gerçeği vurgulamak istiyorum. olarak sunmaya çalıştım sadece
Hindular ve Yogilerin kavramları, öğretileri ve vardıkları sonuçlar olabildiğince açık ve güçlü bir şekilde; ve her ifadeyi "Söylendi" veya "inanılıyor" veya "Hinduların iddiası" gibi kelimelerle veya bu anlama gelen kelimelerle nitelendirmek bilgiçlik olurdu. Kısmen tüm bunları atlamak için - ki bu, ifadelerin gücünü azaltacaktı - (ve ayrıca kendi kişisel niteliklerimi ve görüşlerimi istenmedikleri ve yerlerinin olmadığı yerlerde araya soktum), genellikle onları metinden çıkardım ve sadece fenomenleri var oldukları söylenen ve çoğu durumda benim de var olduklarına inandığım şekilde tanımladı. Bununla birlikte, gerçekleri bu şekilde ifade ederken, onların doğruluğunu her zaman onaylamadığımın açıkça anlaşılmasını isterim; sadece sunmaya çalıştım*öğretim,*ve her okuyucu, bu tür ifadelerin ne derece nesnel doğruluk içerdiğini kendisi belirlemelidir.

Burada, bu çalışmanın hazırlanmasındaki paha biçilmez yardımları için Bay Frederick T. Harris'e çok minnettar olduğumu belirtmek isterim.
HC

İÇİNDEKİLER

BÖLÜM SAYFASI

ÖNSÖZ vii

BEN BIR**YOGA FELSEFESININ ANA HATLARI** 1

II Asana—(*Bedensel Duruş*) 24

III ..... Pranayama (Nefes Egzersizleri) 42

IV **MANTRAYOGA (İLAHILER) VE PRATYAHARA (***istasyon)* **62**

V Dharana*(Konsantrasyon)* 84

VI Dhyana*(Birleşme)*ve Samadhi*(Kozmik Bilinç)* **103**

VII Kundalini (Gizli Enerji) ve Nasıl Olduğu **UYANDIRDI** **129**

VIII Kundalini (Devam)**; "DÖRDÜNCÜ BOYUT," ETC158** .....

IX "Eşik Bekçileri" .... 183X **YOGANIN OKÜLTIZMLE İLIŞKISI...211**

11. **YOGANIN "MEDYUMLAR"LA İLIŞKISI...237**

12. **ASTRAL BEDENIN PROJEKSIYONU...266**

SÖZLÜK 290

DIZIN 291

Büyük Kapının yedi Anahtarı vardır, sekizde bir ve sekizde bir olmak üzere.
Önce bedeninin hareketsiz kalmasına izin ver,
İradenin kaygılarıyla bağlı, Ceset kadar katı; böylece düşünceyle dalga geçen kıpır kıpır bebekleri bırakabilirsin. Ardından, nefes ritminin düşük olmasına izin verin,
Kolay, düzenli ve yavaş;
Böylece varlığın, Büyük Deniz'in Pasifik Baygınlığıyla uyum içinde olsun.
Üçüncüsü, hayatın saf ve sakin olsun, Rüzgârsız bir avuç içi gibi usulca sallansın.
Dördüncüsü, yaşama isteğinin Derin'in tek aşkına bağlanmasına izin ver.
Beşincisi, duyulardan ilahi bir şekilde bağımsız olan düşüncenin kendi varlığını gözlemlemesine izin verin.
Ortaya çıkan her düşünceyi izleyin; Her saat uyanıklığınızı artırın!
Yoğun ve keskin, içe dönük, hiçbir analiz zerresini kaçırmıyor!
Altıncı olarak, güvenli bir şekilde sabitlenmiş bir düşünceye Hala rüzgarın her fısıltısı!
Yani dümdüz ve kıpırdamayan bir alev gibi Tek kelimeyle yakıp kül et varlığını!
Sonra, hala o vecd hali, derin ve güçlü meditasyonunu uzat,
Dikkatini seçilen eylemden uzaklaştırırsa, Tanrı'yı öldürmek!
Son olarak, tüm bu şeyler bir arada, Gece yarısı çiçeğinin açma zamanı! Birliktir. Yine de bunda bile,
Oğlum, yanlış yapmayacaksın, Eğer ifadeni kısıtlarsan, Bakışlarını kendinden geçmenin karanlık köküne, Bir kenara atarak, Adını, biçimini, görünümünü ve vurgusunu Bu yüksek bilincin bile;
Kalbine sapla! Seni burada bırakıyorum; Sen Ustasın. Uzaklara yuvarlanan parlaklığına saygı duyuyorum,
o **Gümüş Yıldız'ın kardeşi!**

BÖLÜM I

YOGA FELSEFESININ ANA HATLARI1

"Geniş açılıyor,
Tüm ayakların basması için düz, kolay ve yakın,
Asil Sekiz Katlı Yol; dosdoğru barışa ve sığınağa gider.,,

YOGA FELSEFESIHindistan'da var olan altı ana felsefe sisteminden biridir. Doğu uygarlığı ülkelerinde en iyi bilinir, çünkü içinde bir gizem ve mucize unsuru içerir. Ama gizem ve mucize tüm insanlığa hitap eder.

Elbette Hindu felsefesinin altıdan fazla sistemi vardır. Batı'dakilere tekabül eden agnostik ve materyalist sistemler vardır. Bir şekilde Vedanta'ya benzeyen Budizm ve Tasavvuf doktrini ve diğer doktrinler vardır; ancak yukarıda atıfta bulunulan altı sistem, Hindistan ve Doğu'da en fazla sayıda takipçi olduğunu iddia eden sistemlerdir. Bu altı sistem şunlardır:

***Birinci:*theSANKHYA700 civarında kurulan sistemB.C. Kapila tarafından. Bu sistem iddia etti**

i *"Yoga"*Yoga Felsefesidir.*"Yogi"*yoga yapan kişidir.

evrende iki aktif ilke vardır ve bizim evrenimiz onların etkileşiminin bileşkesidir. Çakmaktaşı ve çeliğin keskin bir şekilde temas ettiğinde kıvılcım çıkarması gibi, bu "kıvılcımlar" da bizim tarafımızdan incelenen doğa olaylarıdır. İki aktif ilke, sırasıyla, ilkel enerji ve*puruşa,*manevi ilke budur.*Prakriti*Üç tane var*gunalar*veya nitelikler; yani uyum, aktivite ve atalet. Böylece, Sri Ananda Acharya'nın kitabında gösterdiği gibi, bu sistemin bir anlamda bir düalizm biçimi olduğu görülecektir;*BraJkmadarsanam veya Mutlak'ın Sezgisi.*

bu*ikinci*sistemVEDANTA,kesinlikle tekçi bir karaktere sahip ve nihai olarak evrende yalnızca tek bir gerçeklik olduğunu, gördüğümüz tüm fenomen çokluğunun sadece olduğunu iddia ediyor.ANNEveya illüzyon.

Buradan anlaşılmalıdır ki*monizm*felsefede nihai olarak yalnızca var olduğunu iddia eden bir doktrindir.*bir*her şeyin temelinde gerçeklik varken,*düalizm*var olduğunu iddia ediyor*iki*bu tür gerçekler ve*çokluk*veya*çoğulculuk*çok sayıda olduğunu iddia etmektedir. Doğu felsefelerinin çoğu tekçi karakterdedir ve bu, Vedanta doktrininin merkezi açılış konuşmasıdır.

bu*üçüncü*harika sistemPATANJALI'NIN YOGA FELSEFESI,Sonuçları için sadece tapınma ve dini ayinlerden çok çalışmaya dayanan bu öğreti, incelemek üzere olduğumuz doktrindir. Patanjali tarafından kurulmuş veya sistematize edilmiştir ve doktrini bu şekilde bulmasa da yine de sistematize etmiştir ve o zamandan beri Yoga felsefesi onun adını almıştır. Öğretinin temeli olan "Aforizmaları" Swami Vivekananda'nın kitabında yayınlandı.*raja yoga,*ve son zamanlarda Dr. Woods tarafından düzenlenen Harvard Oriental Series, Cilt XVII'de.

bu*dördüncü*sistem denirVAISHESHIKA,ve tarafından kurulduKANADAbirkaç yüz yılM.ÖAltı sözde "kategori"nin veya varoluşun temellerinin varlığına bağlıdır - yani töz, nicelikler, eylem, genellik, ayrılık ve tutarlılık. Doktrinin yoklukla ilgilenen ilginç bir bölümü de vardır; ancak öğretinin bu paradoksal yanının bizi burada tutmasına gerek yok.

bu*beşinci*tarafından kurulan sistemdir.GOTAMA(Gautama Buddha ile karıştırılmamalıdır) ve denirHAYIR(a) duyular yoluyla, (b) çıkarım yoluyla, (c) analoji yoluyla ve (d) başkalarının tanıklığıyla analiz ve bilgi yoluyla hakikate ulaşılmasına bağlıdır. Burada, Batı'da, biz gerçeği aynı yollarla çokça ararız ve bu sistemin, Doğu felsefelerinin çoğundan çok, Batı bilimimiz ve öğretilerimizle daha uyumlu olduğu görülecektir.

bu*altıncı*sistem şu kiJAINI,ve olarak bilinirPURVA MIMANSA,ve ortodoks ayinler ve eylem biçimleri aracılığıyla ruhun tam özgürlüğünü amaçlar. Bir anlamda, bizim ortodoks öğretilerimizle uyumlu, ortodoks bir Hindu felsefesi sistemidir.1

i Hindistan'ın dini doktrinlerini ve öğretilerini daha ayrıntılı olarak takip etmekle ilgilenenler, bunların Yogi Ramacharaka'nın kitabında özetlendiğini göreceklerdir.*Hindistan'ın Felsefeleri ve Dinleri.*Doğu'da, öğrenci tarafından avantajlı bir şekilde incelenebilecek çeşitli kutsal kitaplar vardır.

YOGA FELSEFESİNİN BİR ÇERÇEVESİ3

Yoganın çeşitli biçimleri vardır. Bu felsefe, gelişiminde son derece sistematiktir ve beden doktrini ile başlar ve zihnin aktif güçlerinden geçerek ruhun daha yüksek ilkelerine kadar ilerler. Böylece,HATHA YOGAbelirli eğitim yöntemleri vb. aracılığıyla vücut ve onun eğitimi ile ve daha sonra da beden eğitimi sistemleri aracılığıyla ilgilenir.ASANA, PRANAYAMAVe MANTRA YOGA.1

RAJA YOGAzihnin ve psişik güçlerin eğitimiyle ilgilenir ve bu,PRATYAHARA, DHA-RANA, DHYANAVeSamadhi.

KARMA YOGAaracılığıyla ruhun özgürlüğü ile ilgilenir.*iş*,-büyük ölçüde başkaları için çalışır.

BHAKTI YOGAözveri yoluyla mükemmelliği hedefleyen bir Yoga sistemidir. Bu bir doktrin*Aşk.*

Sonunda, içindeJNANA YOGAaracılığıyla Tanrı ile birliği veya evrensel bilinci elde etmeye çalışan bir sistemimiz var.*bilgelik.2*

Bütün bunlar elbette bir dereceye kadar birbiriyle ilişkilidir. İçindeHATHA YOGAdiyet, uyku, dinlenme, hidroterapi ve genel hijyen önlemleri gibi konuların yanı sıra vücudu eğiten ve çileciyi bu yönden geliştiren belirli fizyolojik disiplinlerle ilgileniyoruz. Bunun etkisi, bedeni tamamen boyun eğdirmektir.

çeşitli*Vedalar;*the*Brahmanalar*, Vedalar üzerine yorumlar olan; the*Upanişadlar,*büyük ölçüde metafizikle ilgilenen; the*Bhagavad Gita;*vesaire.

1 **Bu gerçeklerle ilgili daha fazla ve daha ayrıntılı bir çalışma için Swami Abhedananda'nın kitabına bakın:*Nasıl Yogi Olunur?,* vesaire.**

2 **Swami Vivekananda, Abhedananda ve Ramacharaka tarafından yazılan çeşitli Yoga formları üzerine ciltler dizisine bakın. Layayoga, duyular dışı koltuklar veya merkezler ve vücudun iç dünyasının kuvvetleri ve işlevleri ile ilgilenir.**

ruha hizmet eder, böylece onun üzerinde tam bir denetime sahip olabilir.1

Yoga felsefesinin amacı, Yüce Ruh ile birleşmektir. Ancak Hindular bu kelimeyle farklı bir şeyi kastederler.TANRIbizden daha Antropomorfik bir tanrı anlamına gelmez; ayrılmaz bir parçasını oluşturduğumuz, her yeri kaplayan evrensel bir ruhtur. Onların amacı olmaktır*bir*bununla onun bir parçasını oluşturmak, onunla kaynaşmak ve aynı zamanda onu özümsemek. Ondan güçler alarak, kendilerini zihinsel ve ruhsal olarak öyle geliştirirler ki, aynı zamanda her şeyi bilen ve her şeye gücü yeten olurlar.

Hinduların amacı, kişilik duygusunu ortadan kaldırmaktır, çünkü bunun bir yanılsama olduğuna inanırlar.*(Maya).*Her şey tek Ruh'un parçasıdır; her şey*dır-dir*Tanrı -canlı cansız her şey- ve bu nedenle Doğu ve Batı doktrinleri bu konuda temelden zıttır.

Kelimenin türetilmesi ve anlamı"YOGA"belirsizdir. Sanskrit bilginleri, bunun bağlamak, boyunduruk altına almak anlamına gelen "Yug" kelimesinden geldiğini söylüyor; ve bu ismin felsefesi -bir bakıma- Benliği Yüce Varlığa bağlamayı veya bağlamayı amaçladığından, bu kaynak bana en makul ve olası görünüyor. Daha sonra görüleceği gibi, terimi gevşek kullanıyorum.

Bu felsefenin tarihini kurucularına kadar izlemek artık mümkün değil. Tarihi hiçbir zaman yazılmamış karanlık çağların loş arka planından parmaklarını uzatır - şimdiye kadar Yoga'nın yaşam öyküsü, İnsan'ın belleği için belirsiz hale geldi. Henüz

[1]Swami Abhedananda'yı görün*Nasıl Yogi Olunur?*ve benzer kitaplar, bu konular hakkında daha fazla ayrıntı için.

gerçeklerden uzaklaşma korkusu olmadan, kökenini Mesih'in doğumundan yaklaşık iki veya üç bin yıl öncesine tarihlendirebiliriz. Patanjali, bu felsefe okulunun tanınmış kurucusudur, ancak onun Yoga Felsefesini sistematize eden ilk kişi olduğunu kesinlikle iddia etsek de, o saygıdeğer bilgenin tarihinden önceki yazılarda onun izlerini buluyoruz.

YOGA FELSEFESI NEDIR?

Bu, müritlerinin kendilerini Yüce Ruh olan Tanrı ile birleştiren konsantrasyonu öğrenebilecekleri çileci uygulamaları ve yaşama ve düşünme tarzını planlayan, tasarlayan, düzenleyen ve derecelendiren bir felsefedir. Yoga Felsefesinin amacı, Yüce Ruh ile birleşmektir. "Birleştirme" sözcüğü pek doğru olarak kullanılamaz, çünkü tüm Hint felsefeleri, tüm*dır-*

*dir*Tanrı. Canlı ve cansız her şey - kelimeyi popüler olarak kullandığımız şekliyle-*dır-dir*Tanrı. Biçim ve bireysellik, duyularımız ve bilgisizliğimizden kaynaklanır.*Biz,*bu nedenle, Tanrı. Ve bu nedenle, O'nun içinde birleşemeyiz. Yani bu gerçekten Tanrı ile birleşmek değil, gerçek Benliklerimizin bilincine varmak ve böylece İlahi Vasfı geri almak veya varsaymaktır.

"O Hayat ile birdir. .....

.....O kutsanmış.....

OM MANİ PADMI OM!Çiy damlası parıldayan Denize kayar .....

Ve Bilginin kayganlaştırıcısıyla o Işık ve Sonsuzluk denizine "kayabiliriz".

BİLGİ VE İLAHİ

BILGI,Kelimenin yaygın olarak kullanıldığı şekliyle, ya etrafımızdaki şeylerin gerçek mahiyetini kavramak ya da her türlü bilgiye sahip olmak anlamına gelir.[1] Bilgi, Yoga Felsefesinin teknik bir terimi olarak, Kendini anlama,*yani,*Yüce Varlık. Birinci türden bilgi, öğrenme ve deneyimle kazanılırken, ikinci türden bilgi ancak zihinsel faaliyetle ve her türlü deneyimden kaçınarak elde edilebilir.*yani,*dış pasiflik Zihinsel aktivite, okunan veya duyulan şeyleri düşünerek değil, zihni içe çevirerek ve bilinçsizce üzerinde tam konsantrasyona yol açan Öz'ü tanıyarak devreye girer.BIR- HEPSI.Çünkü Öz bilindiğinde, Cehalet örtüsü düşer, Tanrı'yı \u200b\u200bgörür ve Tanrı oluruz. TanrıHER ŞEYI BILENAynı şekilde, Yogi her şeye kadirdir. Kendini tanıyarak, olurTANRI,Ve

TANRI her şeye kadirdir.

Kızılderililerin Kozmik Evrim fikri ve Evren doktrini hakkında biraz bilgi sahibi olmak gerekecek.KARMAne demek istediğini anlamak içinÖZve bu harika felsefe sisteminin idealleri. Fikirlerinin doğruları ve yanlışları ve ideallerine ulaşma tarzları hakkında ne düşünürsek düşünelim, düşüncelerinin cesaretine ve ustalığına ve böylesine harikulade bir incelikteki bir teoriyi düşünmek için harcanan emeğe hayran kalmaktan kendimizi alamayız. içerdikleri gibi bu kadar zor düşünceyi formüle etmek için çekilen acılar. En yükseğe ulaşmak, zor uygulamalar, yılmaz cesaret ve bu hırsa mutlaka eşlik etmesi gereken yorulmak bilmez sabır ve sebatla birlikte, bana göre dünyada tanık olunabilecek en güzel ve en hüzünlü manzaralardan biridir. İnsan Hayatının trajedisi.

HİNDU KOZMOGENT

İnsanın hemen hemen her eylemi, gelecekteki bir sonuca göre yapılır ve herhangi bir din bu gerçeğin bir örneğidir. Dini bu dünyada insanlar arasında bu kadar güçlü kılan, gelecekteki iyiliğin veya mutluluğun yemidir. Gelecekteki bir durumu ele almayan hiçbir şey, bir doktrin olarak insan kalplerinde herhangi bir güce sahip değildir. Ve Yoga Felsefesinin en büyük gücü, müritlerinin gelecekteki durumuna atıfta bulunmasında yatar. "Evrenin Efendisi"nden başka bir şey değildir - Her Şeye Gücü Yeten, Her Şeyi Bilen, Sonsuzluk! O halde bu, Yogi'nin gelecekteki durumudur. Şimdi, bu okulun kurucularının nasıl olup da bu kadar parlak ve harika bir ölümden sonraki yaşamı vaat ettiklerini öğrenmek istiyoruz. Dünyanın ve İnsanın yaratılışına ilişkin Hindu fikrini anladığımızda bunu anlayabileceğiz.

İşte kısacası bazı Hindu filozoflarına göre Yaratılış tarihi buradadır. Bana öyle geliyor ki yola çıktıkları nokta "Tarih tekerrürden ibarettir. Her şey bir daire içinde hareket eder." Sonsuza dek ilerleyen evren, çağlar boyunca veya*Kalpas,*Hinduların dediği gibi. Her biri*Kalpa*binden oluşur*Mdha-Yuglar,*ve her biri*Maha-Yug*4.320.000 yıl içerir. Evren tüm bu yıllardan geçtiğinde, Evrensel Madde bir kez daha İlk Varlığa geri döner ve hareketsiz kalır veya belki artık yoktur.*gibi*Madde, belirsiz bir süre için. Sonra, İlksel Varlığın etkinliğiyle, Madde yeniden Dengeden dışarı atılır veya yeni "yaratılır"; ve Evren bir kez daha oluşmaya başlar.1

FELSEFESİ OP BUDDHA

Buddha, "Her şey kederdir" diye öğretti. Ne de olsa bu hayat, sürekli bir dizi hastalık ve

---

1Batılı ideallerimize ve standartlarımıza göre bilginin çok pragmatik ve pratik bir anlamı ve amacı vardır, yani: "eyleme rehberlik etmek". ki bu*kullanmak*bilginin; bize göre ne içindir. Göreceği gibi, Hindular onun anlamı ve kullanımı konusunda çok farklı bir anlayışa sahipler.

acıdan başka bir şey değildir; ölüm cezası her birimizin üzerinde asılı duruyor. Ölüyoruz, ama sadece bu gözyaşı vadisinde yeniden doğmak için. Böylece trajedi (veya komedi) sonsuza dek sürer! *

Tek-Bütün'e dalmak, başka yeniden doğuşlardan kurtulmak demektir; bundan dolayı daha ileri günahlardan ve musibetlerden, çünkü hayat, hepsi birer dert ve elemler silsilesidir.*Maya*ya da yanılsama, insan ruhunu bireyselliğe, deneyimlere ve bilince bağladığı ölçüde varlığına sıkıntı verir.

1 **Modern bilimin bu görüşle hemfikir olduğunu belirtmek ilginçtir. Bu nedenle, Marion Erwin, CE, kitabında,*Evren ve Atom*(1916), s. 289, şöyle der:—"Bu nedenle, evrendeki maddenin her zaman diğer maddelerden yayılan radyasyonlarla yaratıldığını anlamalıyız; ve bu yeni doğmuş maddenin çekimle kümeler ve güneşler halinde toplanması her zaman devam etmektedir; zamanla bu güneşlerin Kinetik bir ölüme gittiklerini ve sonunda onları oluşturan maddenin yeniden esiri maddeye dönüştüğünü. Böylece maddi evrende sonsuz bir doğumlar, yaşamlar, ölümler ve dirilişler döngüsüne sahibiz.**

2 **Kitch'e bakın,*Hindu Düşüncesinde Öznelliğin Kökeni,* s. 65-68, bu noktanın tartışılması için (1917, University of Chicago Press).**

çeşitlilik ve böylece onu kendi doluluğundan uzak tut. Şimdi, bu kötülüğün üstesinden nasıl gelinecek? Ağrıya ne sebep olur? Doğum! Doğuma ne sebep olur? Karma! Karmaya ne sebep olur? cehalet! Bu nedenle cehaleti öldürün! Ama şimdi, Karmayı durdurursak, doğumu ve onunla birlikte acıyı da durdurmuş oluruz. Doğumu durdurursak, her şeyi bilen, her şeye gücü yeten ve sonsuz olan Orijinal Doğamıza geri döneriz; o zaman artık cahil değiliz,*yani,*Cahillik öldürülür. Bu nedenle, en önemli şey Karmayı engellemektir ve Yogilerin amacı da budur.

Karma'nın "on bir duyunun" ürünü olduğunu aklımızda tutmalıyız, böylece tüm duyuları fethedersek Karma'yı durdurabiliriz. Yogi bunu, zihinsel yetilerini başka hiçbir şeyin bilincinde olmayacak şekilde eğiterek yapmaya devam eder.*Jiva*(bilinç). Bu nedenle zihinsel aktiviteye bile izin verilmez. Eğitim sekiz aşamada tamamlanır.

"Sekiz katlı yol" doktrinine göre, Yogi yaşam durumuna bu varoluşun son aşamasında, insanın üç yükümlülüğünü yerine getirdiği, saçlarının ağardığı ve yüzünün buruştuğu zaman girilir. İşte o zaman Hindu, Yüksek Hayat'a girmek için bu dünyadan sıyrılmak üzere ilkel ormanlara gider.1

Burada bir itiraza dikkat edilmelidir, yani tüm bunların aktif, meşgul Batı medeniyetimizde uygulanamaz olduğu. Bu çok doğru; ama bu, Yoga çalışmaya karşı bir argüman değildir. Piyano çalan herkes konser piyanisti olmayı ummaz; Herhangi bir fiziksel egzersiz yapan herkes profesyonel bir sporcu olmayı beklemez. Ama hepimiz ilerleyebilir*bir dereceye kadar*, seçtiğimiz hatta - ona ayırmayı seçtiğimiz iş miktarına göre; ve Yoga'nın çalışmak demek olduğunu unutmamalıyız! Bundan sonra, bu nedenle, neyin ana hatlarını çizmiyorum

Brahman'ın tüm yaşamı, çileci yaşam için bir hazırlıktır. İlk bölümünü kitaplarıyla ve efendisinin ya da efendisinin neredeyse kölece boyun eğdirmesi altında geçirir.*Guru.*İkincisi, karısı ve ailesiyle birlikte bir rahip ve dünya adamı olarak, onlar için ekmek kazanarak, makamının ayinlerini ve törenlerini yerine getirerek ve kesinlikle dürüst ve ölçülü bir hayat yaşayarak geçirilir. Ona hiçbir lüks verilmez. Üçüncü bölüm ise dünyadan ayrı geçiyor. Ailesini ve mal varlığını bırakıp metafizik sorunları çözmek için ormana çekilir ve isterse karısını yanına almasına izin verilir. Ancak daha sonra, anlaşılmaz metafizik problemler onu rahatsız etmeyi bıraktığında ve kendini düşünceleri ve Tanrı ile yalnız yaşama hazır hissettiğinde, karısını eve gönderir ve o andan itibaren tüm dünyevi bağlardan kurtulmuş bir adamdır.

Bir aşamadan diğerine geçiş çok kademelidir. İlk başta, herhangi birinin bu "Sekiz katlı yol" hayatını sürdürmesine izin verildi; ancak Brahmanların veya rahiplerin gücü arttığında, alt kastlardan olanların münzevi olmalarının gerekmediğini ilan ettiler. Bir süre sonra bu olumsuz izin bile geri alındı. Buda geldiğinde, bu tür kısıtlamaları kaldırdı ve ayrıca, bir insanın daha yüksek yaşam yoluna girmek için yaşlılığın kendisini ele geçirmesini beklemesinin gerekli olmadığını söyledi.

Uygulanan iki tür Yoga vardır;*pratik*ve*üst.*Üstünlüğe yükselmek için pratik yapmak gerekir.

Hindistan'ın Kutsal Kitapları sekiz aşama öngörür

6YÜKSEK PSİKİK GELİŞİM

Şimdiki okuyucularım denemeli, ama sadece Hindu Yogiler tarafından takip edilen yaşam yöntemini tanımlamalı,

mükemmelliğe ulaşmak için. Kursun tamamı bir eğitim müfredatına benzetilebilir. Dolayısıyla, "Dört Katlı Yol", kişinin burada üzerine düşeni iyi yapmaya hazırlandığı ve öğrendiklerini günlük hayata uygulamanın öğretildiği okul dersidir. "Sekiz Katlı Yol"un ilk dört aşaması, öğrencinin varlığın gizemlerine daha derinlemesine daldığı üniversite kursudur; ve son dört sınıf, sıradan teorilerin ve deneylerin üzerine çıktığı ve öğretebileceğinden fazlasını bildiği "yüksek lisans dersi"dir. Derecelerin onun için artık bir değeri yok ve kitaplarda ve insanlar tarafından ortaya atılan en derin teoriler, yeni başlayan bilgelikten başka bir şey değil; Bunu göz önünde bulundurarak "Sekizli Yol"un ne kadar iyi ve akılcı olduğunu göreceğiz ve onu daha iyi anlayabileceğiz.

bu*Birinci*derece denir*Yama.*Dört Katlı Yol, insana bir dünya insanı olarak yaşamayı, çalışmayı, yapmayı, dünyadaki tüm iyi şeylerden zevk almayı ve dünyevi hayatın bir parçası olan tutkuları, duyguları ve iniş çıkışları deneyimlemeyi öğretti. Şimdi daha yükseğe çıkması gerekiyor. Hayatın aldatmacalarından ve yanıltıcı zevklerinden kaçınmayı öğrenmelidir. İnsanlar arasında hayat küçük yalanlarla doludur. En katı hakikatten başka bir şey konuşmamalı, mutlak Gerçek. Sadece bir şey istemekten vazgeçmekle kalmamalı, hediye bile alamamalıdır ki, sahip olma arzusu ölebilsin ve hiç kimseye karşı yükümlü olmasın. En abartılı uygulamada bile hırsızlık yapılmayabilir. Meselâ, açlığın son safhalarını doyurmak için dahi izinsiz olarak bahçeden meyve koparılamaz, yemek yenilemez. Başkasına ait olan hiçbir şeye dokunulmamalıdır. İffet en geniş anlamıyla uygulanmalıdır. Her şeyden önce,OTO KONTROLbu okul odasının dersidir. Bu ders,KAYITSIZLIK. KAYITSIZLIKBatı'da ve Batılı ırklar arasında çok tartışılır ve nadiren alay edilir. Batı'nın, Doğu'nun idealleri konusundaki cehaleti nedeniyle, Doğu'nun kullandığı bu kelimenin anlamını tam olarak anlamadığı için olduğunu söylemeye cüret ediyorum.

Bu durumda kayıtsızlığın gerçek ve içsel anlamı, "düşüncenin yoğunluğu ve hızı ve sakinliği"dir - belki de kadercilikle karışık bir sakinlik. Akla gelen her şey anında hissedilir ve tamamıyla kavranır; ve bu yapıldığında, bir kenara bırakılır ve zihin, yeni izlenimleri aynı hızlı ve eksiksiz şekilde almaya hazırdır. Böylece tüm gereksiz çalkantılardan kaçınılır, çünkü bir şeyin veya eylemin gerçek doğası anlaşıldığında zihin sakinleşir. Aynı zamanda arzuyu da öldürür, çünkü zihin hayali olan hiçbir şeyi istemez. Biri dışında her şey hayal ürünüdür,-*yani,*Tanrı. Dolayısıyla, duyuların yanılsamalarından anladığı şeyi istemez. Yalnızca bilmek, deneyimlemek ister; sahip olmamak. Bu kayıtsızlık, her yönde eşit olarak - güçlü bir şekilde - gelişmek içindir. Bu nedenle, küçümsenmemeli veya doğal olmadığı düşünülmemelidir.

Dış, içsel düşüncenin fiziksel gösterimi olmalıdır ve israf, İç Benliğin zihinsel gücünden ve saflığından da uzaklaşır - çünkü güç kaybına saflığın azalması eşlik etmelidir, çünkü direnme yeteneği istenmeyen zayıflar. Böyle gereksiz bir harcama, konsantrasyonun keskinliğini ve canlılığını azaltır, bu da İradenin gücünü ve gücünü daha da azaltır. Hayat pek çok ilgiden oluşur ve bir nesneye gereğinden fazla enerji harcanırsa, diğerleri zarar görür ve iyi sonuçlar alınamaz. Kontrolü ele geçirmek için böyle bir kayıtsızlık geliştirilmelidir - ya da nasıl çalışabiliriz, özellikle Yogi'nin yapması gereken bu tür yorucu işler?

Her şey sadece çok fazla güç gerektirir ve daha fazlasını gerektirmez, gerisi gereksizdir. Dahası, bir yönde kazanılan şey, başka bir yönde etkisiz hale gelir, çünkü Doğa'da her şeyin tam bir dengesi vardır - bu telafidir. Yani maddi tarafa çok fazla harcanırsa soyut kaybeder. Ne de bu kayıtsızlık öldürerek elde edilecek,*yani,*tutkudan kaçınarak, ancak ona boyun eğdirerek ve kavrayışın yardımıyla toklukla. Hissetmeyi bırakmıyoruz, göstermeyi ve önemsemeyi bırakıyoruz,*yani,*anlayarak kontrol eder ve ustalaşırız. Mesih'in kendisi, bu kayıtsızlığı hayatının kayıtlı tüm olaylarında ve krizlerinde örnekler. Musa bir kez kendi üzerindeki hakimiyetini kaybetti ve Kenan Ülkesine girmesine izin verilmedi.1 Özetlemek gerekirse, kayıtsızlık şunu öğretir:

1) Dışa dönük ifade olmadan kendi kendine, içsel olarak düşünmek. Bu,

bedensel gençlik anlamına gelir, çünkü bedenimiz, düşüncenin beden üzerindeki ifadesiyle bozulur ve yüzümüz çizgilenir, kırışır ve çirkinleşir. Bu nedenle güzel düşünceleri olan insanların yüzleri*vardır*Güzel.

2) Düşünce, çekince veya uygun enerji yönü ile yoğunlaşır.

3) Şeylerin gerçek doğasını kolayca anlamak ve anlaşıldığında düşünceyi reddetmek.

ı Hindulara göre "öfke günahların en kötüsüdür.„

Sistemin faydaları şunlardır:

1) İnsan daha birçok şeyi düşünebilir; bu nedenle ilgi genişler,*yani,*zihin çok daha fazla yönde ve dolayısıyla daha eşit şekilde gelişir. Yogilerin uzun süre aralıksız çalışabildikleri, bilgi ve ilgilerinde son derece çok yönlü oldukları bilinen bir gerçektir.

2) Düşüncenin kendisine hakim olması yerine, insanın düşünceye hakim olması sağlanır,*yani,*irade güçlenir.

3) İnsana insan üzerinde güç verilmiştir, çünkü sessiz düşünce ve duygu hükmedicidir. Sessizlik laf kalabalığından daha büyüktür.

Bunlar kazanılan avantajlardan sadece birkaçı. Yukarıdaki açıklamadan biri bunu görebilir*Yama,*birinci derece, insanın zihinsel donanımını tam olarak geliştirerek daha yüksek bir düzeye çıkarmak içindir. Bu nedenle, daha yakından incelediğimizde, her sınıfın yeni bir gelişmeyle ilgilendiğini ve öğrenciyi basamak basamak yukarı mükemmelliğe yükselttiğini göreceğiz.

Edward Carpenter diyor (*ve Hristiyan inançlar*):

"Dinlenme, bizi dünyanın girdabına bağlayan zincirlerin çözülmesidir; Düşüncenin Durgunlaştırılmasıdır. . . . Düşünceleriniz üzerinde güç elde edin ve özgürsünüz. Daha sonra dışsal şeyleri kullanabilir veya zevkinize göre atabilirsiniz. . . .

"Katha Upanishad'da şu sözleri bulacaksınız: 'Dağ sırtına düşen yağmur suları her taraftan aktığı gibi, nitelikler arasında bir fark gören kişi de her yönden onların peşinden koşar.' Bu yapan adamın figürü*Olumsuz*dinlenmek. Ama Upanişad şöyle devam eder: 'Saf suya dökülen saf su gibi aynı kalır. Böylece, Ey Gautama, bilen bir düşünürün benliğidir.' "

Ama ya zihinlerimiz "saf" değilse - ya su çamurluysa? Rezervuara çamurlu su dökerseniz ne görürsünüz? Çamurlu su geri kalan her şeyi lekeleyecektir. O halde zihnimizi berrak ve saf kılmak için - (analojimize göre) suyu bulandırmamak için ne yapmalıyız?

Çözüm basit ve Çinli filozof Lao-tze tarafından yüzlerce yıl önce açıkça ifade edilmişti.M.ÖTao-Teh-King'de şöyle yazmıştı: "Çamurlu suyu kim temizleyebilir?" Ve Lao-tze'nin hazır bir cevabı var. Şöyle diyor: "Eğer *yalnız bırakın*Olacak kendinden sıyrıl." Yani, "zihnin çamurlu suyu - onu bir tortu gibi saran tüm aptalca küçük düşüncelerle bulanmış - ama onu kendi haline bırakırsan kendi kendine arınacaktır." Burada, Hindu yazılarında sürekli olarak teşvik edilen direnmemenin, pasifliğin değerine dair güzel bir örnek buluyoruz. . . . Direnmeyerek her şeyi elde ederiz! Lao-tze'nin bir kez daha söylediği gibi: "Eylem yapmamakla yapılamayacak hiçbir şey yoktur.
Tamamlandı." Bhagavad Gita ayrıca şöyle der: "Kim
Eylemde eylemsizliği ve eylemsizlikte eylemin ölümlüler arasında bilgece olduğunu keşfeder." Gerçeğin keşfedilmesi, bu apaçık paradokslar üzerine meditasyon yaparak olacaktır.

İkinci sınıf denirNIYAMA.Artık acemiye, hemcinslerine karşı davranışını düzenlemesi öğretildi. Etik eğitimi tamamlandı. Artık kendisini dış dünyadan tamamen çekmeli ve zihnini kendi içine çevirerek düşüncelerini Tanrı'ya yöneltmelidir. Bu, her gün Ayin yapmak ve Breviary'lerini okumak zorunda olan Katolik rahipler gibi, dini törenlerini vicdanlı bir şekilde yerine getirerek, fedakarlık ve tapınma yoluyla yapılır. Tüm saf olmayan düşünceler kararlılıkla bir kenara bırakılır; zihin de beden kadar saf olmalıdır. Her şeyde memnuniyet geliştirilmelidir, çünkü hoşnutsuzluk zihni barıştan ve iyi, nazik düşüncelerden mahrum eder. Her şeyde sadelik bu sınıfın derslerinden biridir. Vedik ayetler sürekli olarak mırıldanılır ve

içsel anlamları ruhu aydınlatabilsin diye üzerinde düşünülür. Bu sınıfta bir ders daha öğrenilir, yani Tanrı'ya güven. Yarının düşüncesi zihinden kovulur. "Güne kadar şerri yeter." Rab'be mutlak ve sarsılmaz güven! mistik heceAUM (OM)Bu aşamada kullanılır. "Ayrılma" öğrenilir.

Hindu öğretilerine göre "bağımsızlık" veya "feragat", kişinin istediğinden vazgeçmesinden daha fazlası anlamına gelir; vazgeçmek demektir*onu isteme arzusu.*Avalon'un dediği gibi:
"Herkesin neşesini arayanlar,
'Cennet' asla yüksek Yoga'nın sonuna ulaşamaz." Çünkü, William James'in işaret ettiği gibi:
"Daha fazla konumda
Cennetin keskin ve incelikli görünümü, cennetin pek çok iyiliği, Azizlerin ve bizim ölülerimizin paydaşlığı ve Tanrı'nın huzuru, en yüce türden toplumsal iyiliklerden başka bir şey değildir. Sadece kurtarılmış içsel doğanın arayışı, günahtan arınmışlık, ister burada ister ahirette olsun, saf ve lekesiz manevi bencillik olarak sayılabilir."*(Psikolojinin İlkeleri,*ben, s. 309.) Tüm bunların -şeffaf cam gibi "saf altından" sokakları, "değerli taşlardan" temelleri vb. ile- "Hıristiyan" İncil materyalizminden ne kadar uzak olduğunu görmek kolaydır.

bu*üçüncü*sahneASANAveya Duruş. Artık öğrenciden çok yorucu bir karaktere sahip bir işi üstlenmesinin istendiği bir döneme ulaşılmıştır - öyle ki bu neredeyse insanüstü bir iş gibi görünmektedir. Eski bilgeler, zihin bedende olduğu sürece, düşünmek için beynin yardımına ihtiyaç duyduğunu, dolayısıyla bedenin ihmal edilmemesi gerektiğini keşfettiler.

Güç ve Sağlık olmadan hiçbir büyük iş yapılamaz.

Ayrıca, doktorların ve bilim adamlarının artık fark etmeye başladıkları gibi, bazı düşüncelerin kendilerini en iyi vücudun belirli duruşlarında geliştirdiğini fark etmişlerdi - tıpkı diyetin çoğu zaman düşünce akımını düzenlemesi gibi. Bu nedenle, dikkatli gözlem ve deneylerden sonra, düşünce tarzlarına en çok yardımcı olan pozisyonları keşfettiler. Yogi'nin uygulaması gereken bu tür seksen dört (84) pozisyon vardır. Bu duruşların hepsi burada açıklanmayacaktır. Pek çok İngilizce kitap, kaba ve iğrenç olduklarını söyledikleri için bu duruşların ayrıntılı bir tanımını vermez. "Saf olan için her şey saftır." Ayrıca, insan vücudunun hangi kısmı iğrenç veya kirli olabilir? Tanrı'nın yarattığı hiçbir şey kirli değildir. Kusurlu bir sosyal ve etik standardın neden olduğu sahte bir alçakgönüllülüktür. Hintli filozoflar, Hakikat ve Yaşam arayışlarında hiçbir değeri olmayan bu tür küçük düşüncelerle engellenmiyorlar. Onları uygulayanlar bedensel sağlık, güç ve zihinsel canlılık buldular. Herhangi bir şeyi yargılamadan yargılamak haksızlık olduğu kadar adaletsizliktir. Gerçeği arayanlar dar görüşlü ve ön yargılı olamazlar. Söylemek yeterlidir

bu bedensel duruşların hem beden hem de zihin için gerekli olduğunu.

bu*dördüncü*sınıf hala vücuda katılıyor. Derin nefes alma ve nefesin düzenlenmesi öğretilir. (Bu olarak bilinirPRANA YAM A.)Nefes alma süreci üç kısımdan oluşur: nefes alma, tutma ve nefes verme. Her eylemi gerçekleştirmek için geçen süre orantılıdır. Yogiler oranı keşfettiler ve çıraklarına buna göre nefes almaları öğretildi. Yavaş yavaş amaç akılda tutmaktır,*yani,*nefesin askıya alınması. Deneyi deneyen herkes, nefes vücutta tutulduğunda beynin baş döndürücü bir hızla çalıştığını görecektir. Bu, o halde, nesnedir. Sahip olduğu başka bir amaç, yani nefesi askıya alarak, yaşam -söyleniyor- süresiz olarak uzatılabilir. Yogilerin bu harika sanatta ne kadar başarılı oldukları, Yogilerin yedi ila kırk gün arasında değişen sürelerle kapalı, hava geçirmez tabutlara defnedilmelerini anlatan çeşitli anlatımlardan toplanabilir. Deney, bir Yogi üzerinde, onun rızasıyla, bazı tanınmış İngiliz subaylar tarafından denendi.

Günümüzde derin nefes almanın etkilerinden bahsetmek pek gerekli görünmüyor. Derin nefes almanın kanı saflaştırdığı, gözleri kamaştıracak kadar parlak, teni berrak ve temiz, teni pürüzsüzleştirdiği ve vücudu sağlık neşesiyle doldurduğu herkes tarafından bilinir; ama çok az kişi bunun vücudu parlattığını biliyor - aslında*parıltı.*Batılı bilim adamları, insan vücudunun parıldadığı ve ışık verdiği fikrine onlarca yıl güldüler; ancak son birkaç yıl içinde, kimyasallar ve ışığa duyarlı diğer maddeler üzerinde Fransız ve Amerikalı bilim adamları tarafından yapılan bir dizi deney, insan vücudunun*yapmak*şeklinde bir ışık yayar. Gençler, yaşlılardan daha fazla ışık yayarlar ve sözde "gençliğin güzelliği"nin büyük ölçüde bu ışıltıdan kaynaklandığı söylenir. Derin nefes alma çoğu sıradan gencin sahip olduğundan daha fazla ışıltı üretir ve yeni bir hayat, gençlik ve güzelliği yaşa getirir. Yogilerin, ne kadar yaşlı olurlarsa olsunlar -ki bazılarının 70 yıllık sürenin üç ve dört katı, yani sıradan bir insanın ömrünün üç ve dört katı yaşadığı söylenir- her zaman genç, bazılarının kesinlikle yakışıklı göründüğü çok dikkat çekici ve dikkate değer bir gerçektir; hepsinin parlak gözleri var ve hepsi güçlü ve sağlıklı.

Yukarıda belirtilen egzersizlerle birlikte var. üçüncü ve dördüncü mertebelerde ise, burun deliklerinden su çekerek burun organlarını temizlemek, suyu vücuttan geçirmek, kalp atışlarını düzenlemek, beş duyuyu keskinleştirmek gibi bedeni kuvvetlendirmek ve temizlemek olan diğerleri, ve vücudun her uzuv ve kasının kontrolü için diğer egzersizler. Sonuçları ne kadar ilginç olursa olsun, uygulamaları detaylandırmaktan kaçınıyorum, günümüzün sosyal yaşamında şu anda geçerli olan yanlış görgü kurallarına saygı duyuyorum. Bir insan kendini yukarıdaki disipline teslim ettikten sonra, vücudunun her küçük hareketinin mükemmel bir ustası olduğunu söylemekle yetinelim.

Şimdi, dünyanın ondan olmasını bekleyebileceği kadar eksiksiz bir adamın önünde duruyor. Erkeklerle ilişkilerinde haklıdır; dindarlığı yüksek düzeydedir, ancak yine de gelenekseldir. Bedeninin ve bir dereceye kadar duyularının efendisidir.*yani,*onun*içe doğru*duyular; ama henüz o, eylemden bağışık değildir.*dışa doğru*ilk aşamada Kayıtsızlık uygulamasıyla kontrollerine başlamasına ve sonraki aşamalarda süreci değiştirilmiş biçimlerde taşımasına rağmen. Ama şimdi, beşinci aşamada, kendisini tamamen ve yalnızca görme, duyma, dokunma, koklama ve tat alma duyularının etkilerine boyun eğdirmeye adamalıdır.

Bu*beşinci*devlet denir*Pratyahara.*Bu aşamada uygulama, dikkati tüm nesnelerden çekmek ve düşünceyi zihnin doğasına uygun hale getirmektir. Zihinsel düzlemde yükseliyor ve kendi düşüncelerini kontrol edebiliyor:“ Seni istemiyorum; İstiyorum
bir diğer! Davetsiz geldiniz, emrimle gidin!” Ama yine de söyleyecek durumda değil.-*"Tüm*düşünceler gider; Kafamı dinlendirmek istiyorum.” Şimdi, bu tam ustalığa ulaşmak, aceminin amacıdır.*altıncı*sahne. Beşinci sınıf, kendi başına ayrı bir sınıftan çok altıncı sınıfa hazırlıktır.

Egzersizler zorlaşıyor*altıncı*denilen sınıfDHARANA.Nesnesi iki yönlüdür,*yani.,*(1) zihinsel sakinlik kazanmak, (2) zihni sakinleştirmek. Birincisi, zihni tamamen boş tutarak, bilince hiçbir düşüncenin girmesine izin vermeyerek ve duyuların hiçbir işlevini yerine getirmemesine izin

vererek elde edilir. Bu, ulaşılması en zor hedeftir, çünkü zihin kendi kendisine yasakladığının bilincinde bile olmamalıdır. Tamamen boş tutulmalıdır. Bu zor görev öğrenildiğinde, zihne dikkatini toplaması öğretilir.
herhangi bir nesneye veya noktaya sapmadan. Çoğu zaman burun ucu seçilir. Buna zihni sabit tutmak denir.

DHYANAbu*yedinci*seviye. Maddi nesneler bir kenara atılır ve düşünce, diğer tüm düşünceleri dışlayarak bilgiye, Yüce Varlık'a veya başka bir soyut fikre sabitlenir. Birleşme sağlanır.

İçinde*sekizinci*denilen aşamaSAMAJDHI,son sınıfa ulaşılır. Derin tefekkürlerden biridir; düşünce Yüce Varlık üzerinde eğitilir*sadece*ve orada tutuldu. Ruh aydınlanır, insan ilahi olur ve cennetin ve yerin tüm güçlerinin Yogi'ye ait olduğu söylenir. Bundan sonraki durumu kendinden geçmiş durumda. Ona soğuk ve sıcak dokunmaz, refah ve sıkıntının hiçbir etkisi yoktur; neşe ve keder ona göre değil; o tüm dünyevi hallerin üzerindedir - o Yüce Varlık ile birdir. Bu duruma ulaşıldıktan sonra Yogi "mucizeler" gerçekleştirebilir.

Kısaca, Yogi'nin amacı budur - evrensel bir bilinç durumuna ulaşmak ve Mutlak ile bir olmak; ancak bu gelişme sırasında ve sanki onun bir kolu veya sonucu olarak, belirli psişik güçler, Yogilerin benimsediği belirli uygulamalar tarafından otomatik olarak geliştirilir. Yogi'nin birincil amacı bu psişik güçlere ulaşmak değildir ve bu nedenle onlar bizim "Batı'da fenomenleri her şeyden çok arzulayan medyumlarımızdan" ve "medyumlarımızdan" farklıdırlar. Ancak Hindular, bu psişik yetilerin Belli bir içsel gelişim durumuna ulaşıldığında kendiliğinden ortaya çıkarlar ve amaçları bu gelişime olguları pasif bir şekilde oturarak değil, daha çok yoğun içsel gelişim ve
sistem içindeki belirli gizli enerjileri uyandırma amacına adanmış belirli alıştırmalar veya uygulamalarla birleştirilen etkinlik ve bu amaç başarıldığında, bu psişik güçler kendiliğinden gelir.

Öğrenci ilerledikçe, Hinduların bizim Batı'da hiçbir şey bilmediğimiz ve ortalama bir doktorun tamamen inkar edeceği bütün bir fizyoloji sistemine sahip olduğunu görecektir. Böylece, bedeni kateden belirli veya sonsuz küçük kaplardan söz ederler ve bunlardan yedi yüz milyondan fazlası vardır! Ayrıca bize bazı içsel, psişik merkezler dedikleri şeyleri anlatırlar.*çakralar,*ama İnsan vücudunun parçalara ayrılmasıyla bulunamayacak olan; olarak bilinen gizli, gizli ve kutsal bir enerjinin*Kundalini,*omurganın tabanında yer aldığı söylenen ve uyarıldığında bu çeşitli yerleri canlandıran*çakralar,*—böylece onları harekete geçirir ve Yogi'nin psişik güçlerini harekete geçirir.

Ancak tüm bunları ilerleyen bölümlerde ayrıntılı olarak açıklayacağız. Şimdilik Yoga'nın bu kısa taslağı, okuyucuya Hinduların inandığı felsefi sistem ve belli bilimsel zihinsel ve fiziksel uygulamalar yoluyla elde etme yöntemleri hakkında bir fikir vermeye yeterli olacaktır. iç psişik güçlerin gelişimi ve Kozmik Bilince ulaşılması.

Bir sonraki bölümde, bu güçlerin faaliyete geçmesi için teşvik edilecek olan geliştirme yöntemlerinin somut bir incelemesine başlayacağız.

BÖLÜM II

ASANA—(BEDENSEL*Duruş)*

YOGA,o zaman, Hinduların -yıllarca süren deneylerin sonucu olarak- çok eksiksiz bir dereceye kadar geliştirdikleri kademeli bir çilecilik uygulamaları sistemidir. Yoga, dini bir felsefe olan Vendanta ile çok yakından ilişkilidir. Yoga onun pratik yönüdür, tıpkı okült bilimde olduğu gibi, ki bu bir tür felsefe ve şemadır, törensel büyü bunun pratik kısmıdır,—*yani,*çalışma kısmı Okültizm, evrenin mükemmel bir şekilde tanımlanmış bir şemasına sahiptir ve sihir, psişik veya pratik çalışmaya adanmıştır - tıpkı Yoga'nın bu yönde psişik gelişim çizgileri boyunca ilerleyen pratik çalışma olması gibi.

Hinduların tüm bu anlayışının, bireysel bilincimizin, egomuzun, benliğimizin, Batı'da düşündüğümüz gibi kendi beynimize bağlı izole edilmiş bir "şey" olmadığı, aksine Evrensel Bilincin parçalanmış bir parçası. Hepsi tek bir Varlığın parçasıdır - tıpkı bir damla suyun bir kova suyun bir kısmı olması gibi; kaldırıp tekrar geri dökebilirsiniz. Ayrıdır ve evrenseldir. Bu harika noktalardan biri; Biz ise*belli olmak*ayrı ayrı, bu hayatta hepimiz Büyük Planın bir parçasıyız ve o Evrensel Bilinç ile temasa geçmeyi arzuluyoruz. Hindular bundan faydalanabileceklerini düşünüyorlar. Tıpkı olağanüstü bir şey olduğu gibi

Yüzlerce ve yüzlerce yıldır tüm bu dünyada, atmosferde hiçbir güç,—elektrik—ama insanlık onu kullanabileceği noktaya ulaşmamıştı.„-*Bu yüzden* Hindular, "Boşa gidecek bu olağanüstü miktarda enerjimiz var; onu kullanalım ve kullanalım!" Ve buna ek olarak, ona eşlik eden belirli bir metafizik veya dini eğitim vardır. Şu yazılmıştır:

"Varoluş kederle doludur. ... Şimdiye kadar hiçbir din yeterince umut vermeyerek başarısız olmadı. Her ifadeden şüphe duyarak başlayalım. Her ifadeyi deney testine tabi tutmanın bir yolunu bulalım" - (Yoga bunu yapar). "Çeşitli dinlerin tüm iddialarında herhangi bir gerçek var mı? Orada, . . . kesinlikle gerçekleşen bir mucize biçimi, dehanın etkisi. Doğada bilinen bir analoji yoktur. Farklı türden üstün insanlar vardır, ancak hiçbiri dünyanın büyük ruhani öğretmenleri ile aynı karakterde değildir. İsa, Buda ve Muhammed arasında ortak olan ne var? Buda bir prens olarak doğdu ve bir dilenci olarak öldü. Muhammed bir dilenci olarak doğdu ve bir prens olarak öldü. Mesih, ölümünden uzun yıllar sonrasına kadar belirsiz kaldı. Bunların her birinin ayrıntılı yaşamları adanmışlar tarafından yazılmıştır. Üçünde de ortak olan bir şey var, o da yaşam öykülerinde bir eksiklik. On iki ile otuz yaşları arasında Mesih hakkında hiçbir şey duymayız. Muhammed bir mağarada kayboldu. Buddha ailesini terk etti ve uzun bir süre çöle gitti. Her biri, yeniden ortaya çıkana kadar tamamen sessizdi, ancak geri döndü ve hemen yeni bir yasayı vaaz etmeye başladı. Bu o kadar merak uyandırıyor ki yol gösteriyor erkeklerin geçmişlerinin pek aynı olup olmadığını araştırmamız için."

Mesele şu: yokluklarında onlara ne oldu? Üçü de gittiler, belli bir süre, birkaç yıl, tek başlarına ortadan kayboldular ve olağanüstü, yeni bir inançla geri döndüler. Onlar ne yaptı? Bazı inisiyasyonlardan geçtiklerini düşünüyoruz.

Thibet'te, bizim Mesih anlayışımıza çok dikkat çekecek şekilde tekabül eden birinin orada bulunduğunu kaydeden bir yazıt taşıyan taş bir tablet vardır; Öyle ki, anlaşılan o, Tibet'teki bu manastıra gitmiş ve orada eğitim almış.1 Buda ve Muhammed de hemen hemen aynı şeyi yapmışlar; görünüşe göre belirli uygulamalardan ve deneyimlerden geçtiler - sadece din hakkında konuşmak ve okumakla kalmayıp, aynı zamanda*denenmiş*kendileriyle ve bu onlara inançlarını verdi.

Şimdi, Hindular mükemmel bir şekilde tanımlanmış bir dünya şemasına, bir felsefeye sahipler; ve değil*düalizm,* - veya inancı*iki*nihai şeyler, ama*monizm,*ya da inancı*bir.*Her şeyin nihayetinde yol açtığı*bir şey,*— Spiritüel Bilinç budur ve onlar bunu elde etmek için çabalarlar.*O.*

Son bölümde, gelişimin sekiz aşamasını özetledim:SEKIZ KATLI YOL,-ile başlayanYAMAVeNIYAMA,çeşitli feragat yöntemleri, günlük yaşamdaki uygulamalar, manevi eğitim sırasında.

Annie Besant, küçük kitabında,*Yogaya Giriş,*bazı "Engeller"in faydalı bir özetini verir.
Ben*İsa Mesih'in Bilinmeyen Hayatı,*Notovitch tarafından.
Yoga'ya" - yani aşılması gereken engeller - şöyle:

"Yoga'nın önündeki engeller çok kapsayıcı. Birincisi, hastalık: Eğer hastaysanız, Yoga yapamazsınız; sağlık gerektirir, çünkü bunun gerektirdiği fiziksel zorlama büyüktür. O halde, zihnin bitkinliği: Düşüncende uyanık, enerjik olmalısın. O zaman şüphe edin: iradeye sahip olmalısınız, kararınızı verebilmelisiniz. Sonra, dikkatsizlik: Bu, yeni başlayanlar için en büyük zorluklardan biridir; bir şeyi dikkatsizce okurlar, yanlıştırlar. Tembellik: Tembel bir adam Yogi olamaz; Hareketsiz, çabalama gücünden ve isteğinden yoksun biri, bu çizgide istenen çaresiz çabaları nasıl yapacak? Bir sonraki, dünyevi zihniyet açıkça bir engeldir. Yanlış fikirler, bir şeyler hakkında yanlış düşünmekten başka bir büyük engeldir. (Yoga için en büyük niteliklerden biri 'doğru fikir'dir. "Doğru kavram", düşüncenin dış gerçekle örtüşmesi anlamına gelir; Bir erkekte hakikat olmadıkça, Yoga onun için imkansızdır.) Asıl noktayı kaçırmak: mantıksız, aptalca, önemli olanı önemsiz kılmak ve*tersine.*Son olarak, istikrarsızlık: Yoga'yı imkansız kılan ve küçük bir miktarı bile Yoga'yı beyhude kılan; dengesiz adam Yogi olamaz."

Flagg, çalışmasında,*Yoga veya Dönüşüm,*diyor:

"'Yoga uygulaması' olarak adlandıracağımız Yoga'ya ulaşmanın yolları veya araçları, kendilerini zihin konsantrasyonunda çözer. Ve hem felsefe hem de din olan Hinduizm, her dereceden Tanrıların tüm geniş koleksiyonunu, bu tanrılara tapınılan sayısız sembolleriyle tüm tapınaklarını, tüm teolojisini ve adanma ritüelini bu konsantrasyona getirir; boyun eğen demektir. Çünkü Yoga tüm bunların üstünde ve ötesindedir; sadece adananı ona götürürler ve rehberlerin ve mübaşirlerin yapması gerektiği gibi kapılarında kaybolurlar. Her şeye, çalışmaya ve ne için çalışıldığına genel olarak Yoga terimi uygulanır - tıpkı eski Çin edebiyatında olduğu gibi,*Tao*'seyahat yolu' anlamına gelir, ancak söz konusu uygulama ile ilgili olarak kullanıldığında, 'icra edildiği yol' - yöntemi, sanatı ve gizemi anlamına gelir. . . "

Swami Vivekananda, bu konunun pratik faydasını yazdığı kitabında*Raja Yo*diyor:

"Raja Yoga bilimi, her şeyden önce, insanlara içsel durumları gözlemlemeleri için bir araç vermeyi önerir; ve enstrüman zihnin kendisidir. Zihnin dikkat gücü, uygun şekilde yönlendirildiğinde ve iç dünyaya yönlendirildiğinde, zihni analiz edecek ve bizim için gerçekleri aydınlatacaktır. Zihnin güçleri dağılan ışık ışınları gibidir; konsantre olduklarında her şeyi aydınlatırlar. Elimizdeki tek bilgi kaynağı budur. Hem dış dünyada hem de iç dünyada herkes onu kullanıyor; ama psikolog için, bilim adamının dış dünyaya uygulayabileceği bu küçük gözlemin iç dünyaya da yapılması gerekecektir ve bu çok fazla pratik gerektirir.

"Çocukluğumuzdan beri bize öğretilen
sadece dışsal şeylere dikkat etmek, içsel şeylere asla dikkat etmemek ve çoğumuz içsel mekanizmayı gözlemleme yetimizi neredeyse yitirdik. Zihni adeta içe döndürmek, dışarı çıkmasını engellemek ve sonra tüm güçlerini yoğunlaştırıp zihnin kendisine yöneltmek -kendi doğasını bilebilmesi, kendini çözümleyebilmesi için- çok zordur. iş. Yine de konuya bilimsel bir yaklaşım olarak kabul edilebilecek herhangi bir şeyin tek yolu budur.

"Nedir*kullanmak*böyle bir bilginin? Her şeyden önce, bilginin kendisi bilginin en yüksek ödülüdür; ve ikinci olarak onda da fayda vardır. Tüm sefaletimizi alacak. İnsan, kendi zihnini analiz ederek, asla yok edilmeyen, doğası gereği ebediyen saf ve mükemmel olan bir şeyle adeta yüz yüze geldiğinde, artık mutsuz olmayacak, mutsuz olmayacaktır. . Tüm sefalet korkudan, tatmin edilmemiş arzudan gelir. İnsan asla ölmediğini anlayacak ve o zaman artık ölüm korkusu kalmayacak. Mükemmel olduğunu bildiğinde artık boş arzuları olmayacak; ve bu iki neden de olmadığı için artık mutsuzluk olmayacak - bu bedendeyken bile mükemmel bir 'mutluluk' olacak.

Bu Yoga uygulamalarının dünyevi bir bakış açısından da çok pratik bir sonuçsal faydası vardır. Bayan EA Fletcher, kitabında*Ritmik Nefes Yasası,*diyor:

"Bilinçli olarak fiziksel olanı ruhsal olana tabi kıldığımızda, bedenimizin tüm atomları, ruhun ritmik akışından düzen yönünde bir dürtü hisseder.*tatvalar*(eterler); ve en asi bile manyetik çekime teslim olur ve akımlar tam olarak kurulduğunda ve mükemmel dengede tutulduğunda hakim olan ritimle uyum içinde titreşir. Yatalak hastaların tüm mucizevi iyileşmelerinin sırrı budur; çünkü inanç ya da coşku yoluyla en yüksek coşku anlarında,- *Tatvic*akımlar, yollarındaki tüm engelleri ortadan kaldıracak ve şimdiye kadar başıboş dolaşan öğelere eşzamanlı eylem verecek ve neredeyse anında vücudu bir güç hissi ile heyecanlandıracak kadar yüksek bir güce yükseltilir. . . .

"Ritmik nefes alıp vermenin ve faydalı düşünmenin arındırıcı eylemiyle titreşimlerimizi ne kadar yükseltirsek, etrafımızdaki daha ince güçlerle o kadar çok temasa geçer ve işbirliği yaparız - dalgaları üzerimizden bile geçerler - ve tanınmamızı beklerler. bizi daha yüksek verimlilik durumlarına, anlama, sezgi, düşünme ve yapma gücüne yükseltir. Manevi algılar ve manevi güç, hem zihinsel hem de fiziksel bir dereceye kadar aktiviteyi mümkün kılar - belirli bir görevde, yalnızca fiziksel enerjinin kapasitesinin tamamen ötesinde bir başarı gücü. Fiziksel düzlemde çaba olan çalışma, her zaman hazır, her zaman bekleyen ruhsal güçlerimizi yardımımıza çağırdığımızda bir neşe ve ilham haline gelir.

Böylece Yoga'nın günlük yaşamlarımız üzerinde çok pratik bir etkisi olduğunu

göreceksiniz; ve bize her açıdan yardımcı olacaktır. Aslında, tüm Yoga sistemi o kadar güzel derecelendirilmiş, o kadar mantıklı, o kadar tutarlı ve başından sonuna kadar kişisel deneyimlerle o kadar tamamen desteklenmiştir ki, kişi neredeyse tam bir materyalist olabilir ve yine de tüm fenomenleri ve kendinden geçmiş bilincin en yüksek hallerini deneyimleyebilir. ! Tüm Yoga bedenle - fizyolojiyle - başlar ve zihinselden, psişikten ruhsallığa doğru kademeli olarak yukarıya doğru çalışır; ve geçiş o kadar kademeli ve o kadar tutarlıdır ki, kişi kendisini orada bulana kadar o duruma ulaştığını pek anlamaz. Yoga sistemini Batılılar için bu kadar anlaşılır kılan, beden, fiziksel ve duyusal deneyim üzerine kurulu Yoga sisteminin bu temelidir.-*varoluş nedeni.*Bu nedenle, daha önce de söylediğim gibi, tüm Yoga uygulamalarına en baştan başlamalıyız.*vücut;*ve Yogiler, gördüğümüz gibi, bedeni boyun eğdirmek için hesaplanan ve böylece bilinci meditasyon ve konsantrasyon için serbest bırakan belirli pozisyon duruşlarıyla başlar - bu egzersizler daha sonra yapıldığında.

Bu nedenle, gerçek bedensel pozisyonlara veya duruşlara geliyoruz.ASANAbunlar, tabiri caizse, tüm eğitim sisteminin temelidir.

Ancak bunu yapmadan önce bir iki felsefi soruya değinmek istiyorum. Hindular her zaman bu noktaya çok meraklı olmuşlardır: zihinsel ya da ruhsal yaşam*vücuda bağlıdır;*ve yediğiniz yemeğin türüyle düşünce akımını etkileyebileceğinizi söylüyorlar; ve yiyeceğin çok büyük ve önemli bir faktör olduğunu biliyoruz. Örneğin, arıları alabilirsin ve onları bir tür yiyecekle beslersen erkek arılar doğururlar ve onları başka bir yiyecekle beslersen dişi arılar elde edersin; ve iribaşlarla aynı şey. Gıda, tüm bu biyolojik sorularda son derece önemli bir faktördür.

"Batı'da hepimiz omnivor olma eğilimindeyiz. Doğa bilimcilerin sınıflandırdığı veya gruplara ayırdığı etoburlar, otçullar, omnivorlar, kemirgenler ve frugivora gibi çeşitli derecelerde farklı hayvan türleri vardır. meyve yiyin -maymun buna bir örnektir.Bu, yalnızca belirli türde yiyecekler yiyen hayvan grupları için o kadar doğrudur ki, bir doğa bilimci herhangi bir hayvanı alıp tam olarak ne tür yiyecek yediğini söyleyebilir; Ona bir hayvanın ne tür yiyecekler yediğini söyleyin, o sizin için hayvanın adını verecektir.Bunu yapabilmelerinin nedeni, çünkü anatominin her parçası, tüm vücutta farklıdır.Bütün fizyoloji, salgıların karakteri beden ve diğer her şey tamamen farklıdır.

Örneğin, etobur bir hayvanın nispeten kısa, kalın bir bağırsak yolu vardır; çok uzun ve ince bir otçul hayvan; ve etoburların elbette yedikleri besine uygun belirli dişleri, salgıları, tükürükleri vb. vardır. İşte farkı gösteren bir veya iki örnek: et yiyen tüm hayvanlar-*kucak*içecekleri,—bir kedi ya da köpek gibi; ama vejeteryan hayvanlar içer*emme ile.*Ve etçil hayvanlar*terlemeyin,*ter bezleri olmasına rağmen. Ama bildiğimiz gibi atlar ve diğer vejetaryen hayvanlar,*Yapmak*terlemek

Mesele şu: İnsanı alıp, "Şimdi, bu farklı hayvan kategorisine göre, insan ne yemeli?" meyve yiyen sınıf, -meyve ve yemiş yiyen sınıf- ve bunun insanın ideal beslenme şekli olduğuna inanıyorum. (bkz: kitabım*İnsanın Doğal Besini.)*

Şimdi "Bu diyetin sonucu nedir?" diyebilirsiniz. Şahsen, çok büyük bir enerjim, çalışma yeteneğim, çok berrak bir beynim vardı, uzun süre hiç durmadan çalıştım, çok az uykuya ihtiyacım vardı ve aslında her açıdan şimdi olduğumdan daha iyi hissediyordum; Karma diyette çok farklı hissetmiyorum, şu anki karma diyette uzun süre yoğun bir şekilde oturmak istersem bunu yapamam ama diğer diyette yapabilirim. Bunun nedeni, meyve diyetindeki vücudun çok az zehir birikecek kadar temiz olmasıdır; ve karışık diyette, yorgunluğa neden olan birçok zehir vardır. Et gibi proteinli yiyecekler, yorgunluğun veya "yorgunluğun" en büyük nedenleridir ve bu, farklı erkek takımları alıp onları bir diyetle besleyerek, ardından aynı takıma başka bir diyete koyarak kanıtlanmıştır.

Bunun neden böyle olması gerektiğini anlamak kolaydır; hepimiz kendi içimizde belirli zehirler yaratırız. Zeki bir Fransız, insan vücuduna "zehir fabrikası" demiştir; ve bu zehirler dokularda, kanda ve her yerinde.

Bir adamı boğarak kan dolaşımını durdurursanız havası kesildiği için ölmez; çünkü kan oksijenle karşılaşmadan vücutta iki-üç kez dolaşmış ve adeta zehirlenecek kadar zehirlenmiştir.*siyah.*Bu nedenle, her zaman zehirler yaratırız. Ölmememizin nedeni, onları her zaman atmamızdır. Şimdi, herhangi bir hayvanı öldürecek olursanız, o hayvanın o anda dokularında bulunan tüm zehirler dokularda tutulur; onları zorla çıkaramazdınız, böylece etin "iyi" kısmına, yani besleyiciliğine ek olarak, tüm bu zehirleri de alırsınız. Şu anlama gelir; Yaratılan tüm zehirlere ek olarak ette bulunan zehirlere sahibiz ve bunlar yorgunluğun en büyük sebepleridir. Kısa bir süre önce, çok uzun bir yarışta birinci gelen yedi kişinin hepsinin vejeteryan olduğu kayıtlara geçmiş bir gerçektir.

Besinle ilgili, belki de burada belirtilmesi gereken bir başka okült doktrin vardır. Vejetaryen diyet vücuttaki protoplazma moleküllerini daha küçük ve daha kısa dalga boylarına karşı daha duyarlı hale getirme eğilimindedir. Aslında bunu yapması gerektiği oldukça makul. Bir demir çubuğunun, yapısındaki tüm moleküller bir bakıma aynı yöne doğrultulduğunda mıknatıslandığını biliyoruz. Bu tür bir mıknatısa çekiçle sert bir darbe vurursanız veya onu kızdırıp tekrar soğumaya bırakırsanız, manyetizmasını kaybettiği görülecektir. Ne oldu? Muhtemelen, daha önce polaritelerinde tekdüze olan demir molekülleri, şimdi her yöne "işaret ediyor" ve bu nedenle, önceden kesintisiz kesintisiz bir akışta demir çubuk üzerinde veya içinden geçen enerji şimdi kırılıyor. yukarı, ve binlerce farklı yönde oynuyor. Bu nedenle, demir artık bir mıknatıs olmayacaktır. Bedende de buna benzer bir şeyin olması mümkündür; ve molekülleri, ritme göre hassas bir şekilde ayarlandığında ve uyum içinde hareket ettiğinde, aksi takdirde hareketlerinde sınırlı olacak veya tamamen kısıtlanacak olan enerjilerin vücuttan geçmesine izin verebilir. Bu sadece bir şekilde
Değeri ne olursa olsun kabul edebileceğiniz bir öneri.

Bay Prescott F. Hall, son derece ilginç bir makalede*Günlük*American Society for Psychical Research (Yol. 5, s. 680-81) diyor ki:

"Bir sebze diyeti, astral bedenin titreşim maddesini gevşetme eğilimindedir; ve sebzeler, meyveler ve kuru erik kanın ruhsal gücü çekmesini sağlar. Havuç da faydalıdır. Kuruyemişler, özellikle de yer fıstığı, kötüdür, özellikle gelişme için oturma zamanına yakın, çünkü kişinin atmosferini tek renk yapma eğilimindedirler. Çiğ yumurta uygundur. Sıvılar gelişim için uygundur. . . . Oruç tutmak genellikle astral bedenin özgürleşmesine yardımcı olur."[2]doğaya "yetişmesi" için bir şans vererek, sahip oldukları hastalıkların benliklerini iyileştirdiler.

Dikkat çekici gerçek şu ki, hastalığı olan bir insanı beslerseniz, hastayı değil, hastalığı beslemiş olursunuz! Yiyeceklerden hiçbir fayda görmez. Hasta bir kişinin vücuduna yiyecek koyarsanız onu hem aç bırakır hem de zehirlersiniz. Artık Rockefeller Enstitüsü'nde oruç tutarak şeker hastalığını tedavi ediyorlar. Hemen hemen bütün büyük alimler uzun süre oruç tutmuşlardır. Kırk günden fazla fayda sağlayan oruç tutanlar gördüm. Belirtildiği gibi, Mesih muhtemelen kırk gün oruç tuttu.*Oruç Felsefesi,*Bay Edward E. Purinton tarafından yazılan, orucun felsefi ve manevi yönlerini tartışıyor ve ben de kitabımda sorunun fizyolojik yönünü uzun uzadıya ele aldım,*Canlılık, Oruç ve Beslenme.*

Diğer iki soru: Doğayla ilgili olarak *hayat*

2tüm bunlara sizi beslenme şeklinizi değiştirmeye ikna etmek için girmeyin; ama inisiyasyona ciddi olarak girenler, çok perhizli bir diyetin ilerlemelerini o kadar kolaylaştırdığını görecekler ki, bu yaşam sistemini benimseyecekler. Bunun yanında bol su içmek çok iyidir. Vücut yaklaşık yüzde seksen, su! Çözeltide sadece birkaç katı var, sanki! Bu durumu veya oranı korumak için bol miktarda su içmelisiniz - günde en az dört ila altı bardak. Çeşitli eleme organları mümkün olduğu kadar açık tutulmalıdır; aynı şekilde cilt.

Konusu*oruç*Belki de değinmeliyim. Çeşitli hastalıklardan kurtulmak için oruç tutan, otuzdan elli beş güne kadar oruç tutan, sudan başka bir şey almayan hastaları gözlemledim ve yaptılar! ölmezler ama*her şey yolunda gitti!*Onları iyileştirdiler-

ve ilgili*uyumak.*Fizyologların savunduğu sıradan teoriler basitçe şunlar: Burada bir bedenimiz var,
motor gibi bir insan makinesi, sıradan bir itfaiye aracı; çok fazla kömür koyarsın ve yakarsın ve çok fazla enerji alırsın; ve vücudun bakımında çok fazla yakıt (yiyecek) koyarsın ve çok fazla enerji alırsın; ve tam olarak ne kadar olduğunu hesaplayabileceğimizi ve bu kadar çok "kalori" temelinde çözebileceğimizi söylüyorlar. Tüm bunların kesinlikle doğru olmadığına inanıyorum; vücudun hiç de bir motor gibi değil, daha çok bir*elektrik motoru,*dinlenme ve uyku saatlerinde enerji ile yeniden şarj edilir. Vücut bir buhar makinesi gibi olsaydı, o zaman çok yorgun olduğumuzda tek yapmamız gereken biraz yemek yemek, sonra egzersiz yapmak ve onu yakmak olurdu! Ama öyle değil; uyumalı ve dinlenmeliyiz.
Ve bu faktör*uyumak*(insan) makinemizi dünyadaki diğer tüm makinelerden ayırır ve onun ayrı bir şey olduğunu gösterir.*Uyumak*enerjinin büyük yenileyicisidir; insanı diğer motorlardan ayırır. Bunu aklınızda bulundurun, çünkü göreceğimiz gibi, rüyalar vb. tarafından kanıtlandığı gibi, uyku çok mistik bir doğaya sahiptir.

Doktorlar size çok fazla uykuya ihtiyacımız olduğunu söylüyor - genellikle sekiz saat diyelim. Günde sekiz saat uyursanız, hayatınızın üçte birini uykuda geçirirsiniz! Daha çok israf gibi görünüyor. Ve Hindular şöyle dediler: “Bu israfın bir kısmından kurtulamaz mıyız? Artık uykuyu kaçırmayacağımız bir duruma ulaşamaz mıyız?” Ve bu egzersizleri -bu diyeti ve bu yaşam sistemini- takip ederek,*abilir*uyku saatlerini çok azaltıyorlar.

Uygulamada, uyku eğrisinin şu şekilde işlediğini görürüz: "bilinç eşiği" dediğimiz şeyle başlarız; uykuya daldığınızda azalır ve sonra yavaş yavaş tekrar yükselir; böylece uykuya daldığınız anda en derin noktadasınızdır ve bu noktadan siz uyanana kadar yukarı doğru kademeli bir eğri vardır. Soru şu: Bu eğriyi derinleştirmek mümkün mü?*Daha derine*uykuya dalmak ve ihtiyaç duymak*daha az mı?*Hindular, uykuyu yapay olarak derinleştirmenin ve onu çok uzun süre döndürmemenin bu yöntemini bulduklarını düşünüyorlar; ve biz Batı'da bunu yaptık*hipnoz.*Hipnotize edilmiş bir hastayı uyutun ve bir saat içinde, üç veya dört saatlik normal uykudan aldığı kadar fayda elde eder.

Düşünme süreçleriyle ilgili ilginç bir şey, bedensel duruşun bunlarla çok ilgisi olmasıdır. Meditasyon yapmaya başladığınızda bunu göreceksiniz. eğer kapatırsan
gözleriniz, bilinç akışı her türlü uyaran veya duyum tarafından kırılır; bunların başlıcaları şunlardır:*fiziksel*duyumlar,—vücuttan geliyor. Hindular, yapılacak ilk şeyin bedeni bilinci kesintiye uğratmayacak bir duruma getirmek olduğunu söyledi. Diğer bir deyişle, eğer vücudunuzu*herhangi*Sıradan bir pozisyonda, bir süre sonra rahatsız oluyorsunuz. Hindular, “Olmalı” dediler.*bazı*meditasyon sırasında bilincimizi kesintiye uğratmadan düşünebilmemiz için." Ve üstlenebileceğiniz böyle fiziksel duruşlar var. İlk başta acı verici olabilirler, üstlenmeleri zor olabilir ama onları bir kez "alırsanız", kendinizi vücudun üstlenebileceği ve koruyabileceği özel bir konumda bulacaksınız ve siz de öyle olduğunuzu göreceksiniz. daha sonra bu "molalardan" kurtulurlar. Böylece Hindular bunun üzerinde yüzlerce yıl çalıştılar ve çalıştılar ve sonunda 84 farklı duruşta karar kıldılar - ne yazık ki çoğunu açıklamam imkansız olacak. içindeki kesin nesneASANAbedeni kesintilerden uzak olacak bir duruma getirmektir.

her şeyden önce öğrenmelisin*gevşeme*Yapılacak ilk şey "solar pleksusu" gevşetmek, onun "açık" olduğunu hissetmektir, çünkü bu, esasen doğru nefes almanın başlangıcıdır.

En iyi pratik egzersizlerden biri şudur: Alçak bir yastık gereklidir ya da daha iyisi hiç yoktur. Gözleri kapalı,*düşünmek*boynun arkasından. Yastığın kafatasının ağırlığını taşımasına izin ver. Sağ kol, sol kol, sağ bacak, sol bacak ve vücut yapısını ayrı ayrı düşünün. Her üye üzerinde yaklaşık sekiz veya on saniye durarak, sekiz veya on kez tekrar gözden geçirin. Derin nefes alın, gevşeyin ve vücudunuzun her kasını tamamen gevşetebilmek için kendinizi kontrol edin; ve uykuya daldığını göreceksin. İkinci nokta, bu basit gevşeme yöntemiyle on dakikada, saatlerce uyuduğunuz kadar yenilenmiş olacaksınız.

Asana pozisyonlarına girmeden önce öğrenmeniz gereken bir şey var, yani,*denge,*—

vücudun dengelenmesi.

1) Sol elinizle sağ ayağınızı kaldırın, sol ayak üzerinde durun; vücudu dengede tutarak*düz geri*ve*diz çök;*Dizlerinizde bir ağrı hissetmeye başlayana kadar ayağınızı olabildiğince yukarı kaldırmaya çalışın. Fikir, sırt ile dengeyi korumaktır.*dümdüz.*Bunu bir kez yavaşça yapın; sonra, ellerinizi kullanmadan, dönüşümlü olarak hızlı bir şekilde yapın. Mümkün olduğu kadar yükseğe tekme atın. Kesinlikle zorundaysanız, kendinizi dengelemek için bir sandalye kullanın.

2) Başka bir alıştırma: Hindular bizim yaptığımızı yapabilirler. Avrupalılar çok iyi yapamazlar. Eğer çömelirseniz, çömeldiğinizi göreceksiniz.*ayak parmakları,*ki bu kolay, ama Hindu'ya bakarsanız, onun ayaklarının üzerinde oturduğunu görürsünüz.*topuklu,*dengelemek, son derece zordur çünkü bedenlerimiz düzgün bir şekilde dengelenmemiştir.

Yukarıdakiler dengeleme Egzersizleridir. şimdi geliyoruz yönetmeliğe

ASANA (POZLAR)

3) İlk pozisyon, ayak parmaklarını karşı bacakların diz eklemlerinin kıvrımına sokmaktır. Getir

sağ bacak sol bacağın açtığı delikten yukarı çıkar.

4) Bir sonraki pozisyon, dizler düz, ayak parmakları dışarıda, omurgayı düz tutarak, ayak parmaklarını tutarak, dizleri sert tutarak yerde düz oturmak.

5) Bu pozisyonun ikinci kısmı da aynı şekilde baş aşağı eğilirken alın ile dizlere dokunulur.

6) Aynı pozisyonda (ve ayak parmaklarını tutarak), diğer elin diğer parmağını tutarak yaydaki bir ok gibi bir ayağı kulağa doğru çekin.

7) Eller üzerinde dengede oturarak, ayakları havaya kaldırın (ayaklar ellerin dışında).

8) Vücudun altında sağ ayak; diğer ayak düz; eller uylukların üzerinde düz, omurga dik ve çene geride.

9) Bunun yerine diğer ayağı kaldırarak sonuncuyu değiştirin. Bu pozisyonda nefes egzersizlerinizi yaparsınız.

10) Yerde düz bir şekilde yatmak (ceset gibi).

11) Bu pozisyon denir"TANRI" VE BU, AYAKLAR VE DIZLER BITIŞIK, OMURGA VE BAŞ DIK, ELLER DIZLERIN ÜZERINDE BIR SANDALYEDE OTURMAKTAN BAŞKA BIR ŞEY DEĞILDIR.

12) buIBIS.Dengeleme deneylerinde olduğu gibi sağ ayağı kaldırın, ancak bu sefer sağ elinizle sağ ayağınızı ve sol elinizin işaret parmağını düz bir şekilde dudaklarınızın üzerinde tutun. Dizler birlikte. Sonra diğer ayak üzerinde durun.

13) buEJDERHA.Ayak parmakları ve dizler üzerinde diz çökmek, eller uylukların üzerinde düz; omurga düz, baş dik.

14) buYILDIRIM:Sol bacağınızın üzerine oturun, sağ ayağınız dışarı doğru, eller dizlerinizin üzerinde, omurganız düz; her elin baş parmağı ve başparmağı birlikte, iki diz üzerinde. Bu şekilde tutulan parmakların vücutta manyetik bir akım oluşturduğuna inanılmaktadır.1

***Asana*Pozisyonlar zordur, ancak bunları bir şekilde yapabilirseniz, sonunda onları saatlerce yorulmadan tutabileceğiniz bir noktaya gelirsiniz; . Bu konumlarda zihin fiziksel kesintilerden özgürdür.**

Patanjali sadece en iyi pozisyonları işaret eder ve hangisinin en uygun olduğuna karar vermesi için herkesi kendisine bırakır. Asana öncelikle düşünceyi kolaylaştırmayı ve netleştirmeyi amaçlar; dolayısıyla "uygun bir sabit Asana zihinsel denge üretir."

***Önce bedeni boyun eğdirmeliyiz;*yoksa gözlerini kapattığın anda vücudunun bilincinde olursun.*Gibi*rahatlatıcı egzersizler için, sırt üstü düz bir şekilde uzanırken karnınızın üzerine "solar pleksus" üzerine bir kitap yerleştirin. Nefes alırken kitabın yükselip alçalmasını sağlayın. Öğrenmek*rahatlamak;*vücuda bir çeşit denge getirmek; ve sonra rahat bulduğunuz ve sizi sürekli rahatsız etmeden bir süre bu pozisyonda kalabileceğiniz herhangi bir pozisyonu**

deneyin. Bunu her gün en az on dakika uygulayın, böylece gözleriniz kapalı olarak bu pozisyonda otururken vücudunuzun bilincinde olmadığınız bir duruma gelebilirsiniz. Sonra yavaş yavaş uygun bir şekilde çalışın*Asana*konumlandırın ve tutun*O*sizin için kolay ve rahat olana kadar her gün. Bunu bir kez elde ettiğinizde, Yoga öğretilerine göre psişik açılıma doğru ilk kesin adımı atmış olursunuz.

i Ünlü Yoni-mudra, başparmağa birinci parmakla dokunularak yapılır. Buda'nın sıklıkla tasvir edildiği duruş budur.

BÖLÜM III

PRANA YAMASI*(Nefes egzersizleri)*

BIZŞimdi enerji sorununu ele alalım veya*Prana*dağıtım,—esas olarak belirli nefes egzersizleri yoluyla.

Son bölümde yer alan malzemenin büyük bir kısmı, o sırada oldukça alakasız görünebilirdi; ama öyle değildi, çünkü daha sonra zihinsel egzersizlere ilerlemeden önce denge ve gevşemeyi ve vücudun bu pozisyonlarını öğrenmelisin.

Her şeyden önce yapılacak en önemli şey, bilinçli zihne girmeye devam etmemesi için bedeni dinlendirici ve gevşemiş bir duruma getirmektir; ve bunlar aracılığıyla yapmayı öğrenmeniz gerektiğiniASANApozisyonlar. Omurga ile rahat bir sandalyeye oturun*dümdüz.*Bu gerçekten çok önemlidir, çünkü daha sonra omurga ile bağlantılı olarak verilecek bazı egzersizler - yani psişik uygulamalardır. Omurga oldukça düz olmalı ve kaslar çok gevşek olmamalıdır. Bir şekilde gevşemiş olmalılar ama yine de orada, sanki sıçramaya hazırmışsınız gibi belli bir gerilim olmalı. olduğunu hissetmelisin*Olumsuz*kalkacaksın, sen*Olumsuz*Kalkmak için çabalamak ama kalkmak için hazırlanmak!*O*Başınızı oldukça gevşek, omurganızı düz ve ellerinizi açık tutarken, sahip olmaya ve korumaya çalışmanız gereken bu tutumu uygulamanız gerekir. Başparmak ve işaret parmağını bir araya getirmenin belirli mistik anlamları vardır; "manyetik" akımların dolaşımını temsil eder; güneşin evliliği ve

ay; erkek ve kadın; ve çeşitli başka şeyler, özellikle de dizlerinin üzerinde duruyorlarsa. Bu pozisyonları önemli bir süre tutarken "evinizde" olmalısınız.

Vücudunuzu çok fazla öne veya arkaya doğru eğmeyin; ve her şeyden önce, omurgada herhangi bir "bükülme" olmasın! Nispeten düz, yukarı ve aşağı olmalıdır. Bunun nedeni, daha sonra nefesle bağlantılı psişik, içsel uygulamalara geldiğinizde, omurgada yukarı ve aşağı hareket eden belirli içsel akımlar olduğunu göreceksiniz; ve bunlara herhangi bir eğrilik veya bükülme anında müdahale edilir.

O zaman yapılacak ilk şey, bu pozisyonları uygulamak ve aynı zamanda gevşemek, özellikle de boyun ve "solar pleksus" çevresinde gevşemek. için çok önemlidir*hissetmek*Kaburgaların ayrıldığı noktanın hemen altında bir çiçek gibi "açıldığını" bilinçli olarak hissedebilmeniz için oradaki gevşeme. Eğer bu gerginse, siz onu gevşetene kadar gelişiminizi durduracaktır. Yapılacak şey, konsantre olmak ve onu hissedebilmek için yeterince "kontrol" elde etmektir ve sonra rahatlayabilirsiniz. Pleksusun kendisi büyük bir ahtapot gibidir; beyin dışında vücuttaki en büyük sinir merkezidir ve "sempatik sistem", mide ve diğer bitkisel işlevlerin yöneticisidir; bu nedenle, bu Yoga egzersizleri yapılırken mide dolu olmamalıdır, çünkü sinir ağlarına ve kalbe baskı yapacaktır. Midenin boş ve yiyeceklerin çok hafif olmasının çok önemli olmasının nedenlerinden biri de budur.

şimdi geldik*nefes almak,* - ki bu, bir anlamda,
tüm Yoga sisteminin en önemli temel taşıdır. Onu ele almanın iki yolu vardır, ekzoterik ve ezoterik, -dışsal ve içsel. Bizim zahiri veya Batılı doktrinimiz elbette fizyoloji kitaplarında ileri sürülmüştür. Kan akciğerlerden akar; başlangıçta karanlıktır; daha sonra akciğerlerdeki oksijen ile temasa geçer ve bu temas ile kırmızı, arteriyel kan haline gelir ve bu şekilde değişir. Akciğerlerde iki üç kez dolaşsa ve oksijenle tam olarak dolmasa, yeterli oksijeni karşılamaz ve ancak kısmen kırmızı kana dönüşür ve yarı safsızlıklarla dolu yoluna devam eder; ama ciğerlerde bol oksijen varsa tabii ki tamamen değişir.1

Hangi açıdan bakılırsa bakılsın, derin nefes almak çok etkilidir. Ama başka bir şey! Nefes almanın zihin, karakter, düşünce akışı ve tüm bilinç akışı üzerinde muazzam bir etkisi olduğunu görüyoruz. Kendinizi depresif hissediyorsanız, bol giysilerle bu egzersizlerden birkaçını yapın ve duygu geçecektir; bu, bunun büyük ölçüde dolaşımdan kaynaklandığını gösterir.

İşte çok az bilinen ilginç bir fizyolojik gerçek - aslında bunu bilen bir doktorla nadiren konuştum - ancak Doğu felsefelerini çok çarpıcı bir şekilde destekliyor gibi görünüyor. Elinizi bileğinize koyarsanız, nabzı hissedebilirsiniz - veya üst kolda veya ayak bileğinde veya nabzın olduğu her yerde. Sadece kalp atış hızını gösterir. Nabız yetmiş ile seksen arasında değişir, dakikada veya daha fazla,

i Nefes almanın fizyolojik yönüne ilişkin eksiksiz ve ilginç bir tartışma için bkz. Dr. JS Haldane's*Organizma ve Çevre: Solunum Fizyolojisinin Gösterdiği Şekilde*(1918).

heyecanın derecesine göre, egzersiz vb. Bu nabız hızı vücudun her yerinde aynıdır - boyuna, başa, hatta beynin kaplamalarına kadar. Ama sirkülasyon*beynin kendisinde*ile senkronize veya karşılık gelir*Olumsuz*kalp atışı ama*nefes hızı,*- yani dakikada on iki ya da on dört! Bu çok çarpıcı bir gerçektir ve bize -beynin kendi dolaşımında- nefes alma hızıyla eş zamanlı veya ona tekabül eden bir nabız atışı olduğunu gösteriyor gibi görünüyor.

Bu, bir İngiliz cerrah tarafından yapılan bir dizi çok ince anatomik deneyle kanıtlanmıştır ve bilinç ile nefes alma ritmi arasında kesin bir bağlantı olduğu yönündeki Hindu iddiasını kesinlikle doğrular görünmektedir.

Bir Japon ressamdan resim dersi alırsanız, o, her şeyden önce "Doğanın Ritmi"ni elde etmek için nefes egzersizleriyle başlayacaktır.

Bu nedenle - fizyologların sahip olduğu - Batılı nefes alma bilgimize ek olarak, içsel veya ezoterik bir doktrin vardır - havadan akciğerlere oksijen almanıza ek olarak, aynı zamanda hayati*bir şey,*olarak bilinen bir "ilke" veya "öz"*Prana;*ve bu*Prana*canlılığın destekçisidir, — canlılığın yaratıcısıdır; ve atmosferde bir tür akışkan formda bulunur; öyle ki, havayı

soluduğumuzda bunu da alırız.*Prana.*Bazı mistik alıştırmalarla, bunun dolaşım derecesini yükseltebiliriz.*Prana*vücudun organlarında. bu*Prana*sinirlerde ve kan damarlarında dolaşır; bu yüzden yapabilir*güç*dolaşımı*Prana,*— içeri aldığımızda

kendimiz, - vücutta,*yani,*sinir merkezleri yoluyla.1

Hindular, biraz sonra daha ayrıntılı olarak değineceğimiz bütün bir efsanevi fizyoloji sistemine sahiptir. Belirli enerji taşıyıcıları veya*Nadiler,*dedikleri gibi. Bunlardan 72.000 tane var ve her birinin sayısız sonucu var. Bir neşter veya bıçak alıp insan vücudunu parçalara ayırırsanız, bu merkezleri bulamazsınız. Ama Hindular, "Ah! onlar oluşmaz*fiziksel*mesele ama*astral*konu; bu nedenle, herhangi bir astral duyunuz olmadığı için onları göremezsiniz. Bu enerji taşıyıcıları, depolama merkezleri ve enerjiyi dolaştırmanın başlıca araçlarıdır.*Prana.*

Şimdi, nefes egzersizlerinde öğrenilmesi gereken ilk şey şudur:*Burun ve Ağız Solunumu.*Her doktor size burnunuzdan nefes almanızı söyleyecektir, ancak çok az insan bunu nasıl düzgün bir şekilde yapacağını bilir. Bir çiçeğin kokusunu alıyormuş gibi nefes almalı ve kokuyu ciğerlerine çekmelisin. Ama bunu şu şekilde yapmalısınız: deyim yerindeyse, havanın gözlerin arasına çarpması yerine, havanın doğrudan gırtlağa gitmesi için burnu ve çevredeki geçitleri gevşetmeye çalışmalısınız. Soğuğu burnunuzda veya gözlerinizin arasında değil, boğazınızda hissetmelisiniz. Farklı nefes alma türlerinde farklı sesler çıkarılır.

Ağzı açmadan büyük miktarda hava elde etmenin iyi bir yolu şudur:*diş açık*(aralarına bir parmak girecek kadar) ve*kapalı*the*dudaklar*Bu pozisyona "tavşan boğazı" diyorlar, çünkü-

i "Bireyin vücudundaki Prana, Evrensel Nefesin (Prana) veya 'Büyük Nefes'in bir parçasıdır"*(op. cit.,* P. 212).

çünkü insanı tavşan gibi gösteriyor! Bunu yaptığınızda, boğazın ve ağzın alt veya alt kısmını aşağı doğru çekmelisiniz. Normalde bu çok yumuşaktır; bastırdığınızda gergin ve sert hale getirir. Bunu dişlerinizi ayırarak ve dudaklarınızı kapatarak yapın. Bu, tüm geçitleri açar ve size hava için muazzam bir geçit sağlar.1

Artık havayı boğazınıza geçirdiniz. Bunu yaparken -duygularınızı analiz ettiğinizde- sırtınızı dik ve göğsünüzü yukarıda tutma eğiliminde olduğunuzu göreceksiniz. Şimdi, kas çabasıyla, hiç nefes almadan, göğsü yukarı kaldırmalısınız.*üst.*Bu, tüm nefes alırken tutmanız gereken konumdur ve tüm genişleme pratik olarak göğsün yanlarından ve altından gelmelidir. İyice rahatlamanız gerekir. Hiç zorlanma olmamalı, mükemmel bir rahatlama olmalı. Bu nefes alma o kadar doğal olmalı ki, kendini tanımıyorsun.*vardır*nefes almak!

Üç tür nefes vardır: üst, orta ve alt; diyafram vb. Bu üç bölümden herhangi birini doldurabilmelisiniz.*ayrı ayrı.*

Yogi'nin tam nefesi karından yukarıdır. Uygulamada hafifçe öne doğru eğin ve önce iyice nefes verin. Şimdi tam bir nefes alana kadar nefes alın; onu sakla. Göğüs her zaman aşağı yukarı yüksekte tutulmalıdır. Şimdi, buna geldiğinde

teorik olarak var*iki*sağ ve sol burun deliklerinden akan nefes.*Ida*omuriliğin sol tarafındaki sinir akımıdır; sol burun deliği.*Pingala*omuriliğin sağ tarafındaki sinir akımıdır; sağ burun deliği. Bunlar aynı zamanda Güneş ve Ay Nefesleri olarak da bilinirler: ama tüm bunlara 7. Bölüm'de uzun uzadıya değineceğimiz zaman geleceğiz.

nokta, belirli egzersizlere başlamanız gerekir; ve bunlardan ilki ve en basiti,*tutmak*Belirli bir süre nefes alın ve sonra verin. Bu,*ritim.*Beş saniye nefes alırsanız, beş saniye tutun ve beş saniye nefes verin.

Kumbhaka, nefesin ilham ve son kullanma arasında tutulmasıdır.

Vücudun en büyük arzusu zehirleri ortadan kaldırmaktır. Vücutta her zaman kalan bir zehir kalıntısı vardır; ve eğer kalmasına izin verilirse, vücut daha fazla hava almadan önce kendini bundan kurtarmaya çalışacaktır. Bu ritmik nefes çok önemlidir. Sabah ve akşam, bir süre, altı veya yedi saniyeden başlayıp ona kadar çıkarmalısınız ki bu makul bir ortamdır; on iki ya da on beş oldukça iyi. Döngüyü eşitleyin; gözlerini kapat ve zihnini boşalt; hiçbir şey düşünme*Ancak*bu döngü; ve üç ya da dört kez sonra, nefes mekanik olarak devam ediyor gibi göründüğünde, vücut kendi kendine bir ritme giriyor gibi görünüyor. Yapmak istediğin şey bu.

Daha sonra, mantralardan veya ilahilerden - telaffuz edilen ritmik heceli sözcüklerden - bahsettiğimizde, bunların aynı şekilde icra edilmesi gerektiğini göreceksiniz. Aslında, bu mantralar nefes egzersizleriyle çok yakından bağlantılıdır ve sıklıkla mantraları söyleyerek

ritmik nefes egzersizlerine ulaşabilirsiniz.1

Yoga'da çalışan ve çok ileri düzeyde olan bir arkadaşım bana şunu söyledi:*otuz altı saat*O

[1]Avalon şöyle diyor: "Nefes almanın kendisi bir Mantradır, İstemeden söylendiği için okunmayan mantra.'*'*(Yılan Gücü,*P. 97.)

durmadan bir mantrum söyledi ve sonunda uyuyakaldı ve tekrar uyandı ve hala bunu söylüyordu! Vücut o kadar mutlak bir ritme girmişti ki, uyurken bile kendi kendine devam ediyordu. Ve ulaşmak istediğin şey bu, bilinçsizce bu tam ritim. William James bir keresinde tüm uygarlığımızın mümkün olduğu kadar çok eylemi bilinçsiz yapmaya dayandığını söylemişti. Yürümeyi öğrenen bebek, her şeyden önce muazzam bir bilinçli çaba sarf etmelidir; ama öğrendiğinde tamamen bilinçsiz hale gelir, böylece yetişkinler sokakta yürüyebilir, okuyabilir, nefes alabilir ve görebilir ve duyabilir - tüm bunlar aynı anda mekanik olarak devam eder. Ve mekanik olarak elinden geleni yapmalısın; örneğin, ceketinizin düğmelerini iliklemek. Başka bir deyişle, tıpkı diğer insanlara iş delege etmek gibidir; onlara ne kadar çok yetki verebilirseniz, kendiniz için o kadar az şey yaparsınız. Bu iki nedenden dolayı önemlidir. Her şeyden önce, vücudun ve sinir sisteminin yalnızca bilincin üzerinde çalıştığı bölümlerinin yorulduğunu, ancak vücudun tüm bitkisel işlevlerinin -kalp vb.- uyku sırasında mekanik olarak devam ettiğini bulduk. . Yorucu olan kısımlar, bilincin kullandığı kısımlardır. O halde yapılacak şey, mümkün olduğu kadar çok parçanın bilinçsizce çalışmasını sağlamaktır. Yorucu olan kısımlar, bilincin kullandığı kısımlardır. O halde yapılacak şey, mümkün olduğu kadar çok parçanın bilinçsizce çalışmasını sağlamaktır. Yorucu olan kısımlar, bilincin kullandığı kısımlardır. O halde yapılacak şey, mümkün olduğu kadar çok parçanın bilinçsizce çalışmasını sağlamaktır.

Gözlemlenmesi gereken ikinci nokta, zihninizi başka şeyler için, hayatın emekleri veya yapmak istediğiniz herhangi bir şey için, özellikle bu tür egzersizler, meditasyon ve benzeri şeyler için serbest bırakmasıdır.

Nefes almaya yardımcı olarak geliştirebileceğiniz iki şey vardır. Biri bir kamışla nefes alıyor. Diğeri ise, tek bir burun deliğini kapatmak, birinden nefes alıp diğerinden vermek, bu tüm geçişleri temizler ve aynı zamanda karın kaslarını çekip iterek akciğerleri geliştirir ve kuvvetlendirir.

Şimdi çeşitli belirli veya belirli*çeşit*nefes alma Her şeyden önce, Yogilerin dediği şey vardır.TEMIZLEYICI NEFES.Bu çok önemlidir ve diğer birçok nefes egzersizinde ustalaşıldıktan sonra kullanılır. Derin bir nefes alın, ciğerleri havayla doldurun; sonra nefesinizi tutarken dudaklarınızı bir tür ıslık şekline sokun ve çok hızlı bir şekilde nefes verin; sonra tutun; sonra sanki küçük iç çekişlerle tekrar dışarı çıktı. Çok teşvik edici. Gülmek ve diyaframı harekete geçiren tüm egzersizler çok faydalıdır. "Temizleyici nefes" birçok Yoga egzersizinden sonra kullanılır. Kasların vücudun herhangi bir yerinde gergin olup olmadığını düşünemezsiniz. Kişiler bazen bir şeyleri hatırlayamadıklarını söylerler. Şimdi, çünkü gerginler! Rahatladıklarında kendilerini bulacaklar*olabilmek*açıkça hatırla. Hafıza ile fiziksel, sinir ve kas gevşemesinin tüm işlevleri arasında yakın bir bağlantı bulacaksınız.

İşte çok iyi bir egzersiz - bu tamamen bir Yoga egzersizi değil ama pratik yapmak için iyi bir egzersiz: omuzlar hafifçe kambur, kollar önde, nefes almaya başlayın ve aynı zamanda kollarınızı önünüzde gevşek bir şekilde yukarı doğru uzatın. . Şimdi, bu noktaya geldiğinizde (kollar yatay), o zaman eller sıkılmalı ve tekrar omuzlara getirilmelidir, daha sıkı ve daha sıkı, nefesi her zaman tutarak. Sonra bu pozisyonu tutun, hala gergin, kollarınız açık; sonra gevşeyin ve aynı anda nefes verin. Kolları bir sarsıntıyla dışarı atın*önce*nefesini dışarı verirsin, - bunu yaptığın gibi

yanlara düşerler. buna denirSINIR CANLANDIRICI NEFES,ve çok faydalıdır.

ŞimdiSESLI NEFESNefesi alın, tutun ve ardından tüm nefesi açık ağızdan dışarı verin.*Birden.*Diyaframdan yapılmalıdır.

*Prana toplama egzersizleri*düz, sert bir yatak veya buna benzer bir şey üzerinde yapılmalıdır. Rahatlamak ve tüm nefesi solar pleksusa göndermek için onlar için uzanmalısınız; ve sonra, tüm nefesinizi alıp bir an için tuttuğunuzda - (şimdi psişik nefes başlar) - aynı anda nefes aldığınızı hayal edin.*Prana,*psişik enerji. Etrafınızda sadece "dokunmanız" gereken muazzam bir enerji veya güç alanı olduğunu hayal edin veya tasavvur edin; bunun canlandırıcı olduğunu ve nefes alırken aynı zamanda onu içinize çektiğinizi. Bunu soluduğunuzda ve nefesinizi tuttuğunuzda, daha sonra*irade*ki*Prana*kanın dolaşımı gibi tüm sistemde dolaşacaktır.

Şimdi, bundaPRANA TOPLAMA VE DAĞITMA,nefesi tutun ve aynı zamanda hissedin, - eğer yapabilirseniz - vücudun her parçasının bilincinde olun ve dolaşırken o Prana akımını takip edin. Vücutta tam bir tur attıktan sonra nefes verebilirsiniz. Genellikle kalpten başlamalı, sonra aşağı inmeli ve sol koldan yukarıya, başın üzerinden, sağ koldan aşağı ve yukarıya inmelisiniz; ve benzeri. Vücudun ana hatlarını çizin.*İrade*bacağın ortasından aşağı, - yan tarafta değil - olduğu gibi ayağın iç tarafında, vb. Arteriyel sinir sistemini takip ediyorsunuz yani; kalpten omuza, sol koldan aşağı ve yukarı vb. Ağzınıza geri döndüğünüzde, nefes verin.

Bu size bir şey için şunu öğretir:*bilinçli olmak*vücudun her bölgesinde ve*hissetmek*vücudun her parçası ile; ve bunun bazı psişik fenomenlerle çok ilginç bir analojisi var. Lombroso, oldukça sık bilinen, "duyuların yer değiştirmesi" dediğimiz şeyi resimleyen veya sergileyen bir medyumdan alıntı yaptı. Yani, görünüşe göre kulak memesiyle “gördü”; ancak medyumlar bazen "solar pleksus" ile "görür". Bu testlerde gözleri bandajlıyoruz ve sonra vücudun önünde açık bir kitap tutuyoruz ve denek okuyor. Sanki görme duyusu kulağa ya da "solar pleksusa" ya da vücudun başka bir yerine aktarılmış gibidir.

Bu "yeteneklerin yer değiştirmesi", bilinmeyen bir şekilde, vücudun her parçasının bilincinde olma veya onunla birlikte hissetme yeteneğinden kaynaklanan bir şeydir. Vücudun her parçası bilinçli ve kontrollü olmalıdır. Hindular, tam bilinçli ustalıkla kalbi hareket ettirebilir ve iç organların tüm eylemlerini kontrol edebilir.

Bu ritmik nefes aynı zamanda diğer birçok psişik fenomenin de temelidir. Hindular arasında telepati, ritmik olarak nefes alırken uygulanır; ve bu şekilde pratik yapmalı veya deney yapmalıyız. Mükemmel bir senkronizasyon içinde nefes alan iki kişi telepati deneylerini denemelidir. Bildiğim kadarıyla bu hiçbir zaman sistematik olarak denenmedi; ama biz-*gerekir*dene. Örneğin, Hindistan'da, telgrafın faaliyete geçmesinden çok önce, çarşılardaki yerlilerin olayları Avrupalılardan çok daha önce bildikleri biliniyordu. "Havada" gibiydi. Yerliler her şeyi biliyordu; ve belki altı ya da on iki saat sonra, falanca olayın olduğu haberi gelecekti ki bu yerliler arasında zaten yaygın bir bilgiydi.*Nasıl*kimse bilmiyor ama sahip oldukları bir çeşit kahin ya da telepatik güç olduğunu varsayıyoruz.

Prana toplama ve Prana dağıtma sırasında, bedenin "aurasını" doldurabilmelisiniz. “Takıntı”nın auramızın çok geçirgen, çok gevşek ve gevşek olmasından kaynaklandığı söylenmiştir; ve onu güçlendirmeye çalışmalıyız. Vücuttan gelen bu "yaşamsal ışınlar", bu hallerde katı olmak yerine gevşer; bu deneylerin amacı da bu ışınları güçlendirmek ve vücudun her yerinde göze çarpar hale getirmektir; ve bunu yaptığınızda, hastalığa ve saplantıya karşı dayanıklı olduğunuz söylenir, vb.

Size bu auranın, bu hayati sıvının varlığını ve gerçekliğini gösterecek iki deney var. Birincisi, bir bardak su almak ve parmaklarınızı üzerinde tutmak ve*irade*enerjinin parmaklarınızdan su bardağına geçmesine dikkat edin. Oldukça az sayıda insan suyu, karbonik gibi algılanabilir bir tada sahip olacak şekilde “şarj edebilir”. Aslında, masaya on bardak alıp birini "doldurabilirsiniz" ve hassas bir kişi bu kadar "şarj edilmiş" bardağı seçecektir. Seçimi yapan kişi hipnotik bir trans halindeyken, neredeyse her zaman doğru bardak seçilir.

Başka bir deney (bu, karanlıkta veya loş ışıkta denenebilir): Bir parça siyah kumaşı asın.

ve ardından parmaklarınızı bir arada tutun (parmak uçları birbirine değerek). Işık doğrudan ellere yansımayacak şekilde siyah kumaşa tutun;*yani,*
gölgede kalırlar. Şimdi, vücut gölgesi ellerinize düştüğünde, onları otuz ila elli saniye kadar bir arada tutun ve ardından ellerinizi yavaş yavaş birbirinden ayırın. Parmaklardan çıkan "buhar" akımlarını göreceksiniz. Bunu pratikte herkes görebilir. Ellerinizi yukarı ve aşağı hareket ettirdikçe, bu liflerin veya ipliklerin giderek daha ince ve ince hale geldiğini ve sonunda koptuğunu görebilirsiniz. Bu ipliklerin, koyu arka plana karşı, ellerle hareket ettiğini gerçekten görebilirsiniz. Bu bize vücutta bir manyetik akım veya sıvının kurulu ve dolaşım halinde olduğunu ve eller ayrıldığında bu akışkan, örümcek ağlı, örümceksi maddenin görüldüğünü gösterir. Bence bu, somutlaştırmanın ilk, zayıf başlangıcı olabilir, — vücut tarafından atılan bu akışkan madde; ve bu enerji ile yakından ilişkilidir.*Prana*Hindulardan.

Ancak geri dönmek için*pran*Bu noktaya kadar tamamen fizyolojik nefes aldık diyebilirsiniz. Ancak Hindular bundan iki dal geliştirdiler - "Psişik" ve "Ruhsal" nefes alma. Psişik nefes, zihinsel egzersizlerle bağlantılı olarak uygulanır; ve bir deyişleri vardır, "Kemiklerinden nefes alabilene ne mutlu." Bu, görünüşe göre bu Prana'yı sadece ciğerlerinizden değil, bir sünger gibi vücudun her gözeneğinden ve özellikle bacakların uzun kemiklerinden emebileceğiniz anlamına gelir.

biz de öğrenmeliyiz*güç*Bu*Prana*tüm hücrelerimiz ve hatta kemiklerimiz aracılığıyla. Ve bu gücü geliştirmek için yapmanız gereken tamamen düz bir şekilde uzanmak, gevşemek ve ritmik olarak nefes almaktır. Perfeet ritmini koruyun, tekrar tekrar 10 içeri, 10 tut, 10 dışarı, 10, 10, 10 diyeceğiz; ve bunu yaptığınızda,*irade*Bu Prana'nın bacaklar tarafından -bacakların ve vücudun kemikleri- emileceğini ve bu şekilde vücutta algılanabilir bir akım oluştuğunu hissedeceksiniz. Bence pek çok insan bunun ilk hafif belirtilerini -bir tür "dikenli" hissi- çok yakında alabilir. Bu egzersizlerin yapılması gerektiğini söylemek pek gerekli değildir.*dikkatle*V*egitgide.*

Yogi Ramacharaka, onun*Nefes Bilimi,*"Büyük Psişik Nefes"i şöyle tanımlar:

"1. Rahat bir pozisyonda, tamamen rahat bir şekilde uzanın.

***2.*Ritim mükemmel bir şekilde kurulana kadar ritmik olarak nefes alın.**

3. Daha sonra, nefes alıp verirken, nefesin bacak kemiklerinden çekilip sonra zorla dışarı verildiğinin zihinsel imgesini oluşturun; sonra kol kemiklerinden; sonra kafatasının tepesinden; sonra mide yoluyla; sonra üreme bölgesi aracılığıyla; sonra sanki omurga boyunca yukarı ve aşağı hareket ediyormuş gibi; ve sonra sanki nefes derinin her bir gözeneğinden içeri alınıyor ve dışarı veriliyormuş gibi, tüm vücut prana ve yaşamla doluyor.

•"4. Sonra (ritmik olarak nefes alarak) prana akımını sırasıyla Yedi Hayati Merkeze şu şekilde gönderin - önceki alıştırmalarda olduğu gibi zihinsel resmi kullanarak:

"(a) Alnına.

"(b) Başın arkasına.

"(c) Beynin tabanına.

"(d) Solar pleksusa.

"(e) Sakral bölgeye (omurganın alt kısmı).

" (f) Midenin ortasına (göbek).

"(g) Üreme bölgesine.

"Prana akımını baştan ayağa birkaç kez ileri geri süpürerek bitirin.

5. Temizleyici bir nefesle bitirin."

Öğrenciye bu egzersizleri daha sonraya -bu Yedi Yaşamsal Merkez sorununa daha tam olarak girene ve onları doğru şekilde ve doğru sırada nasıl uyandıracağımızı görene kadar- denemesini önermemeliyim. Şimdilik, daha basit alıştırmalar tek başına en iyi şekilde denendi.

Bu bağlamda, Flagg'in bu konuda yaptığı çalışmada şunu belirtmek ilginçtir:*Yoga veya Dönüşüm,*diyor:

“Bunları (nefesleri) yerine getirirken, el ve ayak parmaklarının tırnaklarına ve hatta dişlerin köklerine kadar tüm vücutta tuhaf bir gerginlik hissedilir. Chung Tzu, nefeslere tek imasında şöyle der:*Saf insanlar topuklarından nefes alırlar*. ”

Doğal olarak şu soru ortaya çıkıyor: Neden dakikada on “nefes, yaşamsal gücün aynı veya daha fazla içeri girmesine izin vermiyor?*{prana)*bir dakika boyunca tutulan uzun bir nefes gibi mi? Normal, kısa ve sık nefes alma kesinlikle kana oksijen sağlamak için yeterlidir. Neden organizmaya oksijenle birlikte gelen başka ne istiyorsa onu da sağlamayasın? Ancak on hızlı dokunuşla arasında bir fark vardır.

bir yavaş basınç, on kısa ve bir uzun titreşim arasında, hem etki hem de etki açısından bir şeyi tamamen başka bir şey yapmaya yetecek kadar fark. "Bunları kim denerse, Yoga nefeslerinin aslında sıradan nefeslerin yapmadığı etkiler yarattığını bilecek ve bunun, içeri akan gücün harekete geçmesi için uzun nefeslerin kısa nefeslere göre daha fazla zaman vermesinden kaynaklandığını varsayma eğiliminde olacaktır. ve alıcı olarak organizma, - nefes almanın yararlı etkileri ve hiçbir etkisi yoktur.*Önsel*göründükleri gibi olmamalarının nedeni.. . . ”

Bu nefes egzersizlerini yaparken, konsantrasyonla bağlantılı olarak, muhtemelen dört aşamadan geçeceksiniz:(1) vücut bir terlemeye başlar.
tion; (2) önünüzde her şey kararmış gibi görünür. Bu geçer ve sonra (3) kurbağa gibi zıplama hissini yaşarsınız. Bağdaş kurarak oturuyorsanız, bu tuhaf bir duygudur. Fiziksel olarak, insanlar görünüşe göre bazı durumlarda hareket etmeseler de*Yapmak;*ve teori şu ki, vücut düzgün bir şekilde dengelenmediği için böyle zıplıyorsunuz. Eğer, derler ki, düzgün bir şekilde dengelenmiş olsaydı, o zaman zıplamak yerine, doğruca havaya giderdin, ki bu da (4)'tür.HAVAYA YÜKSELMEHinduların ulaşmayı amaçladıkları şey budur - bu güç dengesi; ve bu nefes almanın yaptığı başlıca şey, yani dengeyi kurmaktır.

Bu ritmi kendinle doğanın ritmi arasında kurmalısın; ve bunu yaptığınızda, kendinizi çevrenize bu şekilde ayarlarsınız ve sonra bu tuhaf şeyler olur!

Şimdi, bunun için iki benzetme var. biri tarafından
Canlıların çevrelerine nasıl uyum sağladıklarını gösteriyor. Çok meraklı ve genellikle korkunç görünen canavarlar olan derin deniz balıklarını gören çok kişi var mı bilmiyorum. Bu derin deniz balıklarını yüzeye doğru çekerseniz,*patlamak*zirveye ulaşmadan önce, çünkü iç basınç o kadar büyüktür ki, balıklar bu muazzam basınca adapte olduklarından, iç basınç eksikliğine dayanamazlar; ve onu yukarı çektiğinizde, bu muazzam iç basınç balığı parçalara ayırır ve balık patlar. Bu, iç koşulların doğa tarafından dış koşullara nasıl uyarlandığını gösterir.

Başka bir benzetme de şudur: Palladino'nun masayı havaya kaldırdığını gördüğümüzde - kısa uçlardan birine oturur, ellerini masanın üzerine koyar ve herhangi bir şey olmadan önce beş veya on dakika - hatta bazen bir saat - beklerdi. ; o zaman parmakları görünüşe göre masayı "doldurur" ve sanki oradaymış gibi canlanırdı.*hayati*çinde. Daha sonra ellerinizi masanın arkasına koyabilirsiniz ve canlı bir şey gibi hissettirir, bir köpeğin sırtı gibi! Görünüşe göre bu hayati enerjiyle "yüklenmişti", bu*Prana,*parmak uçlarıyla, çemberden toplanmış ve masanın içinden akıyordu. İkincisi, onu özümseme kapasitesine sahip görünüyordu. bu ne zaman*uyum*kurulmuştu, - bu "şarj" gerçekleşmişti, - o zaman*mil*masanın havaya kalkması gerektiğini ve*istemek*yukarı çıkın - genellikle yaklaşık bir ayak - ama o kadar yükseğe çıktığını gördüm ki hepimiz ellerimizi başımızın üzerinde dikilip yerde yürümek zorunda kaldık; yere düştüğünde - yaklaşık üç veya dört fit.

Masa yüzlerce kez kimse dokunmadan havaya kaldırıldı - tepedeki ellerimiz dışında. Bakardık medyumun elleri ve ayakları ile dokunmadığını görürdük. Sık sık, "Yere it" derdi, biz de denerdik ama kımıldatamazdık; yani lastikle desteklenmiş gibiydi, bir çeşit elastik direnç. Ve tam tersine, bazen yerde olurdu ve o, "Kaldır" derdi ve sen denerdin ama kımıldatamazdın. Ağır ya da hafif yapabilirdi!

Bütün bunlarda ortaya çıkarmak istediğim nokta, ortamdan gelen ve cansız bir nesneye geçen bu hayati yayılımın onu “yükler” gibi görünmesidir; ve bu "yükleme" gerçekleştiğinde, cansız nesne bir irade çabasıyla hareket ettirilebilir. Aynı şekilde, psişik nefes yoluyla, bu hayati akımı harekete geçirdiğinde, onu kendi içinde çeşitli amaçlar için kullanabilir ve hatta onu kendi ötesine yansıtabilirsin - insanları iyileştirmek veya onunla birçok şekilde çeşitli harikalar yaratmak için. Bunun gerçek bir şey olduğundan eminim, bu akım*Prana,*bu ritmik nefes alma ile kurulan; ve bu ritmik halin kurulması çok önemlidir.

Miriam M. French, dergisindeki bir makalede şöyle diyor:*Azot*(Nisan 1919):

"Hathayoga'da, Beş Nefes bilimi ve beş nefesin kontrolü*tatvalar*(eterler) kelimenin tam anlamıyla hayati akciğer nefesi ile ilgilidir, oysa Rajayoga'da irade nefesi anlamına gelir.

Egomuz, ikisini ilişkilendirerek ve birbirlerine karşılık vermelerini sağlayarak, tüm vücudumuzdaki ana notayı vurabilir ve bunlar üzerinde oynayabilir.*tatvalar*böylece uyumlu notaların kombinasyonu yaratacak
en güzel melodi ve ondan sonra sadece yararlı ve müzikal olan akorların basılması gerekir: asla çökmekte olan akortların duyulmasına gerek yoktur ve nefesimizi ve arzularımızı büyük bir kreşendo ile sürekli yukarı yükselterek, mükemmel bir şekilde yuvarlak bir nota vurabiliriz. daha yüksek kürelerin güzel senfonisinde. ''1

Bir veya iki son söz ve bitirmeliyim. Bedendeki bu akımlarla bağlantılı olarak, daha sonra sözde akımlara geleceğiz.*Kundalini,*yaşamın büyük gizli kaynağı veya kutsal "yılan" olan; bu nefes egzersizleriyle ve vücuttaki geçitler veya tüplerle, özellikle iki burun deliği ve bu akımın geçtiği omurgadaki efsanevi "delik" ile çok yakından bağlantılıdır; ve bu nedenle omurganın tutulması gerekir*dik*tüm bu nefes egzersizlerinde.

yanındaPSIŞIK NEFES,**Az önce incelediğimiz, Hindular dedikleri şeyi uygularlar.**MANEVI, NEFES.**Bunun amacı, yine, büyük ölçüde, Sonsuz veya Kozmik Bilinç veya Soyut İyi veya bu tür bir şey gibi bir ideal - yani bazı manevi kavramlar, genellikle soyut bir kavram - üzerinde meditasyon yapmaktır. Daha somut bir şey olabilir ama genellikle ruhsal nefes almayla bağlantılı soyut bir fikirdir. Nefes alırken bu fikirler zihinde tutulur. Yapacağız**

Levi birkaç farklı nefesten söz eder;*hayvan yaşamı,* bu fiziksel bedenin nefesidir; nefesi*aspirasyon*, "hayati nefeslerin" ikincisi olan; nefesi*kalp;*the*manyetik*nefes—manyetik bedeni besliyor ve*ruh,* manevi bedeni beslemek.

ın uyanışına ayrılan bölümlerde bunu daha ayrıntılı olarak ele alın.*KundaUni.*

Nefes almayla ilgili söyleyeceklerim şimdilik bu kadar. Gerisi sadece bir uygulama meselesidir. Nefes alma periyodu sırasında gevşeme fikrini sürekli aklınızda bulundurun, - vücudun gevşemesi ve*Asana*omurga düz olacak şekilde pozisyonlar; ve bu tür bir ritimde derin nefes alma. Bir metronom veya kol saati alın; devam etmesini sağlayın, böylece bir*bire bir aynı*ölçüm. Mükemmel bir ritim kurulmalı....

Bu bölümü belki de Don Marquis'in ritmik Nefesin gücünü simgelemeyi ve tasvir etmeyi amaçlayan şu ince dizelerini alıntılamaktan daha iyi bitiremem:

NEFES

Biz Soluğun sarsılmış köleleriyiz:
Çünkü mantık yarışı karıştırmadan bırakır;
Ama kadans ve canlı kelime,
Hayatın efendileridir, ölümün efendileridir.
Mutlak gerçekler veya sebepler değil, kalabalığın bileşik ruhuna dokunabilir,
Ama ritim ve davulun uzun sesi,
Hatip, arroioy flüt.
Tanrılar müziği kilimize karıştırdı. . .
Odin, Krishna, Pan veren Rune,
İnsanın akan kanında hareket et,
Gelgit ruh halleri buluşur ve sallanır.
Bir tonda cennete uçarız,
Veya sihirli hecelerle ayakkabılı
Gölgeli cehennemlerde benzer gölgeler üzerinde süzülün. . .
Nefes çelik veya taştan daha dayanıklıdır!

BÖLÜM IV

MANTRAYOGA (İLAHILER) VE PRATYAHARA()

BIZşimdi üç farklı konuyu ele almalı. İlki, gerçekten, bir uzantısıdırPRANAYAMAveya nefes almak, - aslında onunla çok yakından bağlantılıdır. sözde diyorumMANTRA YOGASIveya mantralar yoluyla Yoga, ritmik olarak söylenen bir dizi kelime. Bunlar, Hindular tarafından çoğunlukla Sanskritçe, daha sonra Pali lehçesinde geliştirilen belirli formüllerdir; ve bu kelimelerin vücut üzerindeki etkisi, gerçek deneyle kanıtlanmış olan belirli bir sonuç üretmektir. Bu kelimelerin gücü vücutta bir tür ritim yaratıyor gibi görünüyor ki bu oldukça dikkate değer.

Asıl konuya geçmeden önceMANTRALAR,Etkisi veya gücü hakkında belki birkaç genel açıklama yapabilirim.*kelimeler.*Sözcüklerin gerçek üretimi, elbette, -fiziksel, ekzoterik olarak-, hava yoluyla dinleyen kişinin kulağına taşınan ve kulak zarının titreşmesine neden olan belirli hava titreşimlerinin üretilmesinden ibarettir. Bu, dolaylı bir mekanizmayla işitme sinirleriyle bağlantılıdır ve beyindeki işitme merkezlerine iletilir;*ses.*Açıkça söylemek gerekirse, evrende "ses" yoktur; yalnızca titreşimler vardır.

kendilerini sessiz! Eğer yükseltilmiş demiryolu strue-

türe paramparça olacak ve yükseltilmiş bir tren düşüp parçalara ayrılsaydı, bu çok büyük bir kaza olurdu*bize;*ama evrende canlılar olmasaydı, "ses" olmazdı çünkü bu titreşimleri sese çevirecek kulak olmazdı. Tüm sesler insan beyninde bulunur. O çarpışma ile onu işiten kulak arasında, hava titreşimlerinden başka bir şey olmazdı - (iletkenler olan eter titreşimleri değil).-*ışık*)—ama havada dolaşan gürültüsüz, sessiz titreşimler.

Sahnede keman çalan bir adam gördüğünüzü varsayalım. O keman teli ile kulak zarınız arasında ses yoktur, sadece havadaki titreşimlerdir, kendileri de sessizdir; ve ancak beyne girdiklerinde sese çevrilirler. Aynı şekilde "görme" diye bir şey de yoktur. Bundan özellikle nesneler üzerinde yoğunlaşma sorununa geldiğimizde vb. konuşacağız. Verilen nesne ile göz arasında yalnızca görünmez eterik titreşimler vardır. Buradan, ya esirde ya da havada her şeyin titreşim olduğunu ve her şeyin bir derece meselesi olduğunu görürsünüz. Sesin çeşitli dereceleri olarak kaydedilen, saniyede yaklaşık 32 ila 32.000 titreşim vardır. Sonra yüzlerce ve binlerce veya milyonlarca veya trilyonlarca titreşime çıkarsınız,

Her şey titreşim halindedir ve evrendeki her şey birbiriyle bağlantılıdır - bir şey diğeriyle. En uzak yıldızı etkilemeden herhangi bir cismin yerini değiştiremezsiniz.*hafif*etkisi, yıldızın ağırlığı ve kütlesi ve hareketi ile orantılıdır.

vücut. Ne zaman bir at dünya üzerinde dönüş yönünün tersine sıçrasa, aynı şey olur; evrendeki her şey etki eder ve tepki verir ve kolumun bir hareketi ve atın sıçraması, sonsuza dek iletilen eter titreşimleri taşır. uzaya doğru. Evrendeki her şey birbiriyle ilişkilidir. Bu nedenle, eter veya havadaki herhangi bir rahatsızlık teorik olarak bundan sonra sonsuza kadar etki eder ve tepki verir.

Edgar Allan Poe'nun "Kelimelerin Gücü" konulu makalesini hiç okudunuz mu? Değilse, okumanızı tavsiye ederim! Uzayda seyahat eden iki ruhani varlığı hayal ediyor; bazı ateşli dünyalar ve bazı soğuk dünyalar görürler; onlar hakkında konuşurlar ve sonunda içlerinden biri, "Gördüğün bu dünya, bu ateşli dünya, bir söz söyledim ve bu soğuk dünya, söylediğim başka bir sözdü." Hikayenin sonucu bu, aslında onlar*yaratıldı*bir şey, - kelimeler yaptı. Elbette bu harika, ama fikir şu ki, söylediğin her kelime, yaptığın her hareket sonsuza dek havada ya da uzayın eterinde kaydediliyor. Bu bağlamda şunu da hatırlamalıyız: "Başlangıçta Söz Tanrı ile birlikteydi ve Söz*öyleydi*Tanrı." Bu ilahi Yaratıcı Söz,*logolar,*uzun uzadıya ele alınabilir; ama şu anki amaçlarımız için, yapmamız gereken tek şey bu konuya sadece bir atıfta bulunmaktır.

Şimdi, bu bağlamda ortaya çıkan çok ilginç bir şey var. Bir sürü konuşma (ve bir sürü saçmalık) duyuyorsunuz.YENI DÜŞÜNCEhakkında öğretilerŞIMDI SONSUZ.Elbette, genel olarak anlaşıldığı gibi, bu saçmalıktır, ancak doğru olduğu bir bakış açısı vardır. Işığın herhangi bir mesafeyi kat etmesi kayda değer bir zaman alır; bu oran yaklaşık 186.000 mil başına ikinci. Bu, bir saniyede dünyanın etrafını yaklaşık yedi buçuk kez dönüyor. Ve hesaplamalara göre, bu hızda ışığın güneşe ulaşması yaklaşık sekiz dakika sürecektir. Şimdi, eğer güneşe bakıyorsanız, görünüşe göre onu şu an görüyorsunuz ama görmüyorsunuz.*Gerçekten*güneşi olduğu gibi gör, ama olduğu gibi*sekiz dakika önce;*ve sekiz dakika sonrasına kadar güneşi şimdiki haliyle görmezsiniz; öyle ki, güneşin üzerinde dört nala koşan bir at olsaydı ve onu görebilseydiniz, o atın dört nala koştuğunu yarışı bitirdikten sekiz dakika sonrasına kadar göremezdiniz! Ve teorik olarak, eğer o güneş daha uzağa taşınsaydı ve orada neler olup bittiğini hala görebilseydiniz, ışığın bize ulaşması sekiz dakika yerine, bir yıl alabilirdi ve o zaman her şeyi olduğu gibi görürsünüz. yıl önce. Şimdi, bazı yıldızlar o kadar uzakta ki, ışığın saniyede 186.000 mil hızla bize ulaşması yüzbinlerce yıl alıyor! Mesafeleri astronomik olarak "ışık yılı" dedikleri, yani ışığın bir yılda seyahat etmesi için geçen süreye göre hesaplarlar ve bu da-*birim*hesaplama, - ve bazı yıldızlar yarım milyon ışıkyılı uzaklıktadır!

Bütün bunlar bizi şu noktaya getiriyor: Diyelim ki dünyamızda bir şeyler oluyor ve orada, uzayda bir varlık, bir yıl önce burada neler olduğunu görmek için yeterince uzakta, dünyamıza bakıyor - yani, dünyamızın yüzeyinden ayrılan ve dışarı çıkan ışık, bundan bir yıl sonra uzayda bulunduğu bu noktaya ulaşacaktı. Elbette. Belirli bir eylemi gerçekleştirirsiniz; bir yıl sonra, bu kişi o eylemi görecekti, yani, bundan bir yıl sonra orada kaydedildi, ya da bundan yüz, bin ya da milyon yıl sonra, hepsi mesafeye bağlı - ne kadar uzağa yerleştirildiğine bağlı. Yani, eğer alabilirsen*yeterince uzak*uzayda, teorik olarak, bu eylemin esirde kaydedildiğini görebildiğiniz bir zaman her zaman olacaktır. Öyle ki, büyük piramidin üzerine konulan her taş şimdi oraya, uzayda belirli bir mesafeye konuluyor. Dünyanın yaratılışı artık uzayda belli bir mesafeden görülebiliyor. Öyle ki evrende bir anlamda "sonsuz bir şimdi" vardır. işte buna denirKOZMIK RESIM GALERISI,—yani, teorik olarak, durugörücülerin vizyonlarını algıladıklarında temasa geçtikleri, şu anda burada olabilecek yaratılmış bu resimlerin astral veya eterik dünyada bir tür eterik kopyası.

Bu bağlamda Paris'te denenmiş bir dizi ilginç deney var. Örneğin, bir denek bir odaya alındı ve tamamen boş bir duvara bakması söylendi. Ona bakarak bir resim düşündü ve sonra odadan çıktı. Duyarlı bir kahin odaya girdi, duvara baktı ve ilkinin bir sandalyede oturan bir kartalı ya da her neyse onu düşündüğünü söyledi! Yani, sanki görme yeteneği bu görüntüyü duvara yansıtmış ve diğer kişi onu tekrar "okumuş" gibi görünüyor. Yapmaya çalıştığım asıl nokta, bu fenomenlerin hepsinin*titreşimli,*—hepsi birbirini etkiler ve hepsi*ritmik;*ve bu ritim o kadar önemlidir ki, bir anlamda Yogi'nin tüm ideali, iç ritim ile dış ritim arasında bir bağlantı veya denge kurmaktır - dengeye veya dengeye sahip olduğunuzda. (Büyücülerin en büyük

amacı bu büyülü dengeyi veya dengeyi elde etmekti.) Kabala da bu dengenin önemi üzerinde çok durdu.1

Konuya geçmeden önce bir nokta dahaMANTRALARkendileri; ve bu, zihinler arasındaki - birbiriyle- iletişimin sembolizmidir.

Bilmiyorum hiç düşündünüz mü iki kişi birbiriyle yazıştığında veya birbiriyle temasa geçtiğinde...*yani,*onlar birbirlerinin olduğunda
tamamen bir dizi veya türde sembolizm yoluyla, - çıkarılan sesler veya gerçekleştirilen eylemler veya kağıt üzerindeki işaretler. Telepati ve diğer olağanüstü iletişim yöntemleri dışında, iletişim kurabileceğimiz tek yol bunlardır; işaretlerle, seslerle veya yazıyla. Bunların hepsi yeniden yorumlanan sembolik sesler veya işaretlerdir. Bir an için gözlerini kapat. Şimdi, düşündüğünüz gibi, kafatası denilen karanlık bir odanın içinde yaşadığınızı ve görünüşe göre içinde olduğunuzu ve dışarı çıkmanın bir yolu olmadığını göreceksiniz. Gelen her şey gelmeli-*sana.*Gözlerinizle baktığınızda, görünüşe göre kafanızın dışına çıkıyorsunuz ve sanki kendinizi bir mesafeye yansıtıyorsunuz, ama diğer tüm duyular açık bir şekilde alıcıdır - bir şeyler gelmeli*ile*Sen. Şimdi, bu karanlık kafatasının içinde yaşarken, başka biriyle nasıl temasa geçeceksin? İki zihin birbirini nasıl "tanıyabilir"? Bunu dolambaçlı veya sembolik bir şekilde yapmalıdırlar; ve bu, havada belirli titreşimler yaratarak bu kişinin kulak zarına çarparak onun

[1]"Delilik, evrendeki bir uyumsuzluktan başka bir şey değildir; bireysel bir insan doğası ile onu çevreleyen ve onun bir parçası olduğu doğa arasındaki uyum eksikliğinin sonucu ve kanıtıdır." — (Maudsley,*Akıl Hastalıklarında Sorumluluk*,P. 289.)

titreşir ve sese yeniden çevrilir. Ama tüm bunlar diğer bireyden çok uzak! Asla başka bir insan bilinciyle temasa geçmezsiniz.*direkt olarak.*Asla bir insan göremezsin. "Hiç kimse Tanrı'yı görmedi" diye eski bir söz vardır; ama "Hiç kimse insanı görmedi" sözü de aynı ölçüde doğrudur. Giydikleri giysileri görürsünüz, saçlarını, yüz ifadelerini, yüz hatlarını ve benzeri şeyleri görürsünüz, ama bunların hepsi bir maskedir. Yüz hatlarını kesebilir ve yüzün şeklini bozabilirsiniz, ancak asla doğrudan göremediğiniz bireysel bilinç hala geride kalacaktır. Bilinç içinde bulunur.

Şimdilik tüm olağanüstü iletişim yöntemlerini -telepati ve benzeri gibi- hesaba katmıyorum ve yalnızca duyulardan bahsediyorum. Şimdi, bu doğru olduğuna göre, havada yapılan bu sesler yeniden simgesel anlama çevrilir - havada, diğer insanlarda ve kendimizde belirli bir titreşimsel etkiye sahiptirler. Ve Yoga'da, özellikle belirli seslerin veya belirli kelimelerin insan üzerindeki titreşimlerini incelemek istiyoruz.

En basit kelimenin incelenmesiyle başlayacağız,AUM,ki bugün çok iyi biliniyor. genellikle yazılırOM,ama doğru formülAUM.Ona doğru sesi vermeliyiz. Gözlerin arasındaki noktada kendine özgü bir titreşim etkisi vardır.1

Aşağıdaki paragraf 0'dan. Hashnu Hara'nın bu konudaki küçük kitabı*Pratik Yoga:*

"İleAUM'U TELAFFUZ ET: doğru telaffuz etmekAUM,
kutsal kelime, öğrenci onu böyle söylemelidir

ben*A*Ves*en*Sandhi tarafından 0 olur; ve m ile AUM'dan oluşan "Pranava" veya mantra OM'yi oluşturun.

final üzerinde durduğu şekildeM,bir arı vızıltısı gibi gırtlağında titreştirerek, sesi tek bir nefeste yapabildiği sürece uzatır. "

"Buna alışmak biraz zaman alıyor, ancak yaşanan hafif zorluk aşıldığında, etki anında ve büyülü olmaktan biraz uzak olacak; ancak bu mantranın olağanüstü gücü göz önüne alındığında, öğrenciler uygulamayı aşırıya götürmekten kaçınmalıdır. . . . Bu etkinin en keskin olduğu kişi, esasen öğrencinin kendisidir. Titreşim vücuttaki her atomu uyandırır, vücudun kutuplaşması tamamen değişene ve yeniden yapılanana ve tabii ki okült bir bakış açısından arınma sağlanana kadar tüm sistemi şıngırdatır. Uyandırılan titreşimler o kadar güçlüdür ki, tüm öz-etkileri dışlarlar, yüksek planların daha ince, daha saf etkilerini, seslerini ve titreşimlerini çekerler ve öğrencinin sahip olduğu tüm okült güçleri uyandırarak onu yeni ve sonsuz derecede daha güçlü bir varlık yaparlar.*güç,*her şeyden iyiyi çekme ve her şeyde iyiyi görme gücü.

"Kutsal kelimenin telaffuzunun neyi başaracağı zaten iyi biliniyor, ancak öğrencilerin aradığı şey onu nasıl telaffuz edecekleri. . . .

"Kirli bir zihne sahip olan veya kötü ilişkiler peşinde koşan biri için çok zararlıdır, bu nedenle kutsal kelimeyi telaffuz etmeye çalıştığınızda düşüncelerinizin saf ve arzularınızın kutsal olduğundan emin olun. Sizi uyarıyorum, aksi halde sonuçları sizin için çok kötü olacak; oysa uygun bir ruh halinde mantranın cazibesi çok

güçlü ve başarı için iyi. Kim bu sanatta (yani öğretmenden) eğitim alırsa kesinlikle büyük ve güçlü olacak, Yoga'da başarılı olacak ve ilahi ve doğaüstü güçlere ulaşacaktır. . . .

"Kutsal kelimenin üç harfiAUMyaratılış ilkelerini ifade eder: A-koruma; u-de inşaat; M-rejenerasyon,—veya doğu deyimiyle,BRAHMA, VIŞNU, ŞIVA,üç tanrı - sembolizm budur. Aynı şekilde, üç hece, en büyük bilim adamlarının yalnızca teorileştirebileceği büyük görünmeyen güçlerden, en basit doğanın aşina olduğu basit doğaya kadar, doğadaki üçlü unsurları temsil eder.

(Burada okültizmde yarattığınız her şeyi yok etmeniz gerektiğini söyleyebilirim.)

' ' KelimeAUMtüm anlamıyla, en yüce varlık olan tanrısallığı ifade eden bir simgedir.AUMayrıca üç maddeyi de temsil eder,NESNEL, ÖZNELVeSONSUZ.Nesnel töz veya madde, harfle sembolize edilir.'*A*'ve titreşimleri. Öznel töz veya zihin, maddeyi ebediye bağlayan görünmeyen bağlantıdır. Ortadaki 'u' harfinin titreşimleriyle ve son harfle temsil edilen ebedi tözün veya Tanrı'nın titreşimleriyle temsil edilir.'M.' . . .

"Kelime, daha önce de söylediğim gibi, sonsuz boyunca tezahür eden üç yaşam alemini temsil ediyor. Böylece, görebildiğimiz doğal dünyaya, nesnel olana - öznel dünyaya veya duyularımızın ilahi şeylerin izlenimlerine açılana kadar algılayamadığı o alana - ve son olarak ebedi dünyaya, yani sonsuz dünyaya sahibiz. herkesin hayatı.

"Öğrenci tarafından kullanılan kelime, üç bilinç durumunu temsil ediyor. Ruh ve düşünce ve mükemmel konsantrasyon nesnelden, maddi olandan öznel ruha yükselir ve dünyanın titreşimleri hızlandıkça öğrenci ruhta varlığının ilahi merkezine taşınır. Titreşimin gücü insanın maddi doğasını delip geçer ve psişik veya öznel zihni aracılığıyla geçiş yoluyla kalbindeki ebedi ilkeye ulaşır ve onu hayata uyandırır. 1

Bu kelimeyi telaffuz ederken,"A"boğazda başlamalı ve "u" damağın üst kısmında olmalı ve"M"dudaklarda - ve fark ettiyseniz, onu üretmenin doğal yolu bu; böylece arkadan başlayıp dudaklara kadar getirebilirsiniz. Dudakları hafifçe kapatırsanız, o sesi çıkarır.

Tüm mantraların temeli budur. Tanrı'nın kutsal sözü, birliği, ilahi varlığıdır. Hemen hemen hepsinin içinde bu kelime var. Size bu mantralardan pek çoğunu vermeyeceğim çünkü onlar kullanışlı veya anlaşılır değiller. Ancak bir veya iki tanesi onu takip eder.

Çok iyi bilinen başka bir mantra daha vardır, çokça kullanılır ve bu sadece kelimenin tekrarıdır.AUMileTAT OTURDU,—"AUM TAT OTURDU AUM,"edinmeniz gereken bir tür ritimle tekrarlamak; "o" anlamına gelirSEN VARSIN,Ö!" Gerçeklikten sonra bir tür özlemi, bir özlemi temsil eder. Muhtemelen en fa-

i AUM kelimesinin başka birçok sembolik yorumu da vardır: örneğin mistik "Kuş" veya kuğu*Kal Hansa;*içinde okuduğumuz için*Rig Veda:* "A hecesi con'dur
(Kuş Hansa'nın) sağ kanadı olarak kabul edildi; U, solu; M, kuyruğu ve*Ardha-matra*(yarım metre) başı olduğu söyleniyor."

tüm bu mantraların en büyüğü ve en iyi bilineni,"aum mani padme hum"; "o" anlamına gelen,NILÜFERDEKI MÜCEVHER" - "AMIN,"istersen.

Şimdi, Yogiler bunları söylerken genellikle yere bağdaş kurarak otururlar ve ileri geri sallanırlar, vücut dik tutulur ve ileri geri sallanır; ve biri mantrayı gevşetirken, diğeri onu devam ettirir, böylece sabit bir kadans ve ritim elde edersiniz.

Arthur Avalon, yaptığı çalışmada*Yılan Gücü,*diyor:

Mantra hakkında mutlaka kutsal veya dua eden hiçbir şey yoktur. Mantra bir*güç*tarafsız olarak herhangi bir kullanıma uygundur. Bir adam Mantra tarafından yaralanabilir veya ölebilir; Mantra tarafından fiziksel ile bir tür birlik*Shakti*bazıları tarafından gerçekleştirildiği söyleniyor; denilen inisiyasyonda Mantra tarafından*Vedhadikşa*Guru'dan müride öyle bir güç aktarımı vardır ki, öğrenci onun etkisi altında bayılır; Mantra tarafından Homa ateşi ideal koşullara göre yakılabilir ve yakılmalıdır; Mantra tarafından Man kurtarılır, vs. Mantra, kısacası, bir*güç*konuşmanın aracılık ettiği ve konuşmada ifade edilen düşünce hareketidir. Kök 'Man', 'düşünmek' anlamına gelir. " (Bay Avalon, bir akrebin bir Mantra tarafından

öldürülmesine ve aynı şekilde bir ateşin yakılmasına dair örnekler verir.) 1

Bununla birlikte, Mantra'nın Hindu anlayışı,

Hindular, kişiye yöneltilen kötü etkilerin olasılıklarını çok iyi bilirler; ayrıca bu tür etkilerin nasıl önleneceği. Bu tür koruyucu kaplamalardan "kalkan" olarak söz ederler.*(Qrahma)*; ama Avalon'un dediği gibi, "bu Sanskritçe terim, bir çitin kullanıldığı bir çiti pek ifade etmez.*Kavaça*konur, ancak bir adamın eğilme bilgisi kendisine yansıtılan bir Mantra'yı fçatçb' edebilir.*(op. cit.,* P. 104.)

anlaşıldı. Onların görüşüne göre,*Konuşmanın aracılık ettiği ve ifade ettiği şey Mantra'dır.*

Etkili olabilmesi için bir Mantra'nın belirli bir tarzda - arkasında belirli bir yaratıcı güçle - söylenmesi gerekir. Bir Mantra'nın salt tekrarının bile kendi başına bir etki yaratacağı söylenir.*bazı*etki; ama gerçekten etkili olabilmesi için "uyandırılmış" olması gerekir.′yani bilinçli merkezden canlandırılmış ve yaratıcı düşünceyle ruhlanmıştır. Aslında, '' tüm insan bedeni aslında bir Mantra'dır ve Mantralardan oluşur'' denilmiştir. "Mantralar her durumda Kulakundalini'nin Kendisinin tezahürleridir, çünkü o tamamen harflerden ve-*Dhvani*ve*paramatma*kendisi. Bu nedenle Kundalini'yi uyandırmak için Mantralar kullanılır. . . . Tüm Mantraların özü, bilinç duygusudur." Gurunun (öğretmenin) görevlerinden biri "öğrenciye*Mantra'nın gücü*— bir süreç olan . . . sadece Guru hakkında tam olarak öğrenilebilir." (*TantrikMetinler,*cilt VIII, s. 11.) l

Yogiler ayrıca belirli Mantraların belirli sayıda "Harf" içerdiğine ve bunların herhangi bir Lotus, Çakra veya Psişik Merkezdeki "Yaprak" sayısına karşılık geldiğine inanmaktadır. (s. 140-41.) Böylece, altı yapraklı Lotus'un altı harfli bir Mantrası vardır, vs. Bununla birlikte, " çakraları" veya psişik merkezleri açıklamaya geldiğimizde, tüm bunlara ileride daha ayrıntılı olarak değinilecektir. ve bununla bağlantılı sözde "Harf Çelengi".

Mantraların çevirileri özellikle bir şey ifade etmez. Onlar sadece let-

"Söylenen söz, düşüncenin içsel adlandırmasının bir tezahürüdür. Bu düşünce hareketi bütün ırklarda benzerdir." (Avalon, s. 111.)

ses üretirler ve bu sesin vücuda yansıyan belirli bir ritmik titreşimi vardır. Aşağı yukarı onlara benzeyen bazı İngilizce kelimeler var ama Hindular bu etkiye sahip olan açık, akıcı ve güzel konuşmayı geliştirdiler. Yunanlılar ve Romalılar da bu açıdan kelimelerin gücünü biliyorlardı. Böylece ünlü "Atque rotis summas levibus perlabitur undas" dizesi dalgaların geminin pruvasına çarpma sesini temsil eder. ve Yunanca:A *aifiovirjael fj.ev* 8ec

Daimoni [ea [ei men o | evet ya | de se | letho -neredeyse tamamen sesli harflerden oluşan bir dize, öfkeli Zeus'un hırıltılı sesini çok iyi temsil ediyor.

Bu mantralar, daha önce de söylediğim gibi, onları söyleyerek uyuyana ve onları söyleyerek uyanana kadar, saatlerce, saatlerce ve saatlerce sürdürülmelidir. Önceki gelişmeleri elde etmedikçe sonraki gelişmeleri elde edemezsiniz! Örneğin, önce artı ve çıkarmayı, aritmetik ve cebiri öğrenmeden trigonometri yapamazsınız. Bu nedenle, gerçekten bu mantraları uygulamalı ve onları oldukça uzun bir süre takip etmelisiniz. Tüm ulusların kendi mantraları vardır; Müslümanların birkaç tane var; bir varlık:*"İşhâdallah illâ ilah"*—"Allah'tan başka ilah yoktur"—saat başı vb. Ritmi ile organizmada belirli titreşimler oluşturacak ve tüm varlığı harekete geçirecektir.

Alalım"AUM MANI PADME HUM."Bunu ahenkle, müzikle söylemeye çalışın, böylece bazıları düşerken diğerleri onu alır ve yükselir, alçalır ve tekrar şişer. Sözcük enerjisinin küçük bir çemberi ya da kütlesi gibidir.

"İncileri anlatırken"—*yani,*rahipler, münzeviler vb. tarafından söylenen dualarda - amaç ritmik duadır ve bu duanın çok sayıda tekrar tekrar söylenmesi gerekir; ve bilincinizin kaç kez dolaştığını işaretlemenin bir yolu olmalı; ve bu "araç" o kadar otomatik olmalıdır ki, duayla birlikte gelen düşünce akışını kontrol etmesin. Bu nedenle, örneğin parmağınızı ve başparmağınızı birbirine basarak sayarsanız, bu otomatiktir; bilinci engellemez, o zaman zihnimizin kaç kez dolaştığını kaydeden bir şeye sahip olursunuz. "İncileri anlatmanın" asıl amacı budur. O zaman bir hafta, bir gün ya da her neyse, binlerce mantradan geçtiğinizi bilirsiniz. Bunları -bu mantraları ve nefesi- pratik yapmalısın, çünkü onlar gerçekten önemli.

Şimdi bu konuyu bir yana bırakalım ve kısaca şu soruya geçelim:*tütsü.*Parfüm sorunu en ilginç olanıdır. Tütsü bir parfümdür. Bütün soru ya da parfümlerin psikolojisi çok fazla ihmal edildi; bunun bir tanımını veya analizini veren tek kitap, Fransızca bir çalışmadır.*Les Parfumes Magiques.*Çok fizyolojiktir ve bazı bölümleri İngilizce çevirilerde çıkarılmalıdır; ama aynı zamanda çok gizlidir ve konunun derinliklerine indiğinizde, tüm büyülü törenlerde her zaman kokular ve parfümler olduğunu görürsünüz. Delphic Oracle, kayadaki bir yarıktan çıkan buhar hakkında kehanetlerde bulunurdu. Bu muhtemelen, durugörünün içine düştüğü trans durumunu oluşturan yarı boğucu bir gazdı. İçinde
Yunanistan ve Roma'daki tapınaklarda, kendinden geçmiş bilinç halleri yaratmak için bu büyülü parfümleri kullandılar.

kokular*Yapmak*psikolojik bir etkisi var - muazzam bir duygusal etki. Bazıları heyecanlandıracak, bazıları depresyona sokacak veya bir anlamda duyguları uyandıracak. Bir koku, bir parfüm, elbette bir nesneden yayılan bir yayılımdır; burun deliklerinden solunur ve beyin tarafından tekrar "koku" duyusuna çevrilir. Her şey beyinde! Koku duyusu hemen hemen tüm tatları oluşturur. Sadece dört temel tadımız var - tatlı, tuzlu, ekşi ve acı. Bunlar dilin tattığı şeylerdir. Diğer her şey koku alma duyusuna bağlıdır. Bunu şiddetli bir soğuk algınlığınız olduğunda ve rahat nefes alamadığınızda anlarsınız -koku alma duyunuz kaybolduğu gibi yemeğin tadı da kaybolur.1

Duyular birbiriyle çok ilginç bir şekilde ilişkilidir. Lombroso tarafından verilen, görünüşe göre görme duyusunun kulağa aktarıldığı bazı vakalara atıfta bulundum - "duyuların yer değiştirmesi"; ve Fransızlar, sesler ve renkler arasındaki bağlantıyı oldukça kapsamlı bir şekilde incelediler - belirli seslerin belirli renkleri çağrıştırdığı vb.

Anlıyorum*tat alma duyusu,*P. 154: "Tat ..." sinoestezilerin "en sık meydana geldiği duyulardan biridir. Örneğin tuz, bir gözlemci tarafından donuk kırmızı, acı kahverengimsi, tatlı berrak parlak kırmızı ve ekşi yeşil veya yeşilimsi mavi olarak tanımlanır. Başka bir gözlemciye göre etlerin tadı kırmızı veya kahverengi gibi görünürken, graham ekmeğinin tadı zengin kırmızı renktedir ve tüm dondurmaların (çikolata ve kahve hariç) tadı mavidir. Yine başka bir muhabir için 'zeka' kelimesinin tadı taze dilimlenmiş domates gibi, 'faiz' kelimesinin sesi ise haşlanmış domates gibi. . . ”

Bunlar sözde "sinesteziler"dir. Bu ilginç gerçekleri açıklamak için çeşitli teoriler var - ya beyindeki bağlantılar - görsel ve işitsel merkezler arasındaki çağrışım lifleri - diğer insanlarda olduğundan daha iyi - ya da belki açıklama tamamen psikolojik. Diğer insanlarda koku ve görme duyuları arasında şu bağlantılar vardır; ses ve görme arasında ve hatta duyumsama arasında*tatmak*ve renk hissi!

Oliver Bland, ilginç kitabında*Modern Bir Okültistin Maceraları*diyor:

“Günlük tütsü ve mür ve özellikle sakız benzoini, boğazı ve burun geçişlerini etkileyen yatıştırıcı özelliklere sahiptir. . . . bu*kifi*veya Eski Mısır Tütsü mür, sakız, aromatik saz kökleri, reçine ve ardıç meyveleri ile birleştirildi. Bu aromatiklere, bal ve şarap gibi küçük miktarlarda sembolik elementler ve amacı sembolik veya kütle için bir bağlayıcı ortam görevi görebilecek bir kısım bitüm veya asfat eklendi.

“Bunlara ek olarak çeşitli baharatlar ve parfümler, tarçın kabuğu, sandal ağacı, kakule ve hatta amber ve misk kullanılmıştır. . . . Kokunun duygular üzerindeki etkisi iyi bilinir ve Mısırlılar kesinlikle afrodizyak parfümler olarak ambra ve misk kullanımını tercih ederlerdi. Bugün Paçuli'nin saf özü, Doğu'da aynı amaca hizmet etmek için kullanılmaktadır ve saf yağın bir şişesini koklamış olan herhangi biri, bunun ürettiği belirli sinir merkezlerindeki ani rahatsızlığı fark edecektir.*kifi*Bugün, bitkinin tütsülenebilir çeşidinin popüler adı olan 'keef' olarak tanınabilir.

*Esrar Göstergesi.*Bu, eski dostumuz Hashish'ten başkası değil.

“Esrar hızla emilir. Tütsü ile örtülmüş veya tütünle karıştırılmış bir duman olarak, solunması hızlı zehirlenmeye neden olur. Bu, gerçek İksir, Magi'nin gerçek Altını olan zihnin hazinelerinin deposunun anahtarlarından biri, belki de anahtarların en büyüğüydü."

Bu "psişik parfümler" sorusuyla ilgili olarak Levi şöyle diyor:

“ *Ruh parfümlerine açılan kapı.*bir odaya git herhangi bir koku veya parfüm üretebilecek maddelerden tamamen arınmış. Rahat bir pozisyon alın ve verilen kurallara göre Sessizliğe girin. Bir tam nefes alın, ardından verilen formüle göre araştırıcı, arındırıcı veya temizleyici bir nefes alın. Koku duyusu dışındaki tüm duyuları askıya alın; ve sonra aklınızda, belli bir çiçeği ya da belli bir koku yayacağını bildiğiniz bir maddeyi önünüze getirin; birkaç dakikalığına dikkatinizi bu hayali nesneye odaklayın ve sonra o özel kokuyu kokladığınızı hayal edin ve bu tür çabaların büyük bir yüzdesinde, arzulanan kokunun gerçek anlamda gerçekleşmesiyle ödüllendirileceksiniz. Cesaretiniz kırılmasın; İlk başta başaramazsan, başka çabalar göster, başarı gelecektir.”*(Öz Kültür,*P. 61.)

Bu, hiçbir zaman gerektiği gibi çalışılmamış bir konudur. Hindular ve Doğuluların bildiği şey*Yapmak*Bazı tütsülerin ve bazı parfümlerin insanlar üzerinde duygusal, fiziksel ve zihinsel etkiler yarattığını bilin.
konu ve durugörü yetilerini uyandırma etkisine sahiptir. Bu nedenle mantralar tütsü yakılarak icra edilmelidir.

Şimdi Yoga için başlangıç veya hazırlık eğitimini tartıştık; her şeyden önce,ASANAvücudun pozisyonları. Bunlar vücudunuzu elden çıkardı; bundan sonra sessiz olması gerekiyordu. O zaman sahipsinPRANAYAMAegzersizler - nefesi durduran ve ritim oluşturan nefes alma; ve bu tarafından yardım edilirMANTRALAR,-tarafındanTÜTSÜ,koku alma duyusunu etkileyen ve belirli bir duygusal veya kendinden geçmiş durum yaratan.

Şimdi eğitimde adı verilen bir sonraki aşamaya geliyoruz.PRATYAHARA,ve başlıyoruz*zihinsel*iş.

PRATYAHARAaraçIÇ GÖZLEMveyaMEDITASYON,-bir nesne üzerinde meditasyon yapmak değil, zihni kendi içine çevirmek ve zihinde olup bitenleri gözlemlemek. Yaklaşık üç dakikanızı ayırıp, gözlerinizi kapatıp aklınıza gelen her şeyi yazmak iyi bir plandır. O zaman aşağıdakilerin nedenlerini ve nedenlerini daha kolay anlayacaksınız. Her vizyon, her düşünce, her çağrışım, zihne gelen her fikir, bedenin her hissi, -zihne gelen her şey- kağıda dökülmelidir. . . .

Mesele şu ki, gevşeme egzersizlerinde ve duruşlarda dikkatinizi kendi bedeninize çevirdiğinizde, bedenin sürekli çalkantı içinde çalkantılı bir deniz gibi olduğunu görürsünüz; ve dikkatinizi zihne çevirdiğinizde, onun daha da çalkantılı olduğunu görürsünüz; tıpkı kayaların üzerinde dalgalanan dalgalı bir deniz gibi. Duyulardan gelen her küçük ses, duyum, izlenim bilinci rahatsız eder. Zihnin eylemini gözlemlemelisiniz. Zihnin, olağan akışı içinde, duyuların kölesi olduğunu göreceksiniz. Yoga'nın amacı, zihnin istemediğiniz tüm bu düşüncelerden kurtulmasını, istediğinizi seçip seçmesini ve nihayetinde sadece istediğinizi bir saat veya bir gün boyunca herhangi bir uyarı olmadan tutmasını sağlamaktır. kırmak.

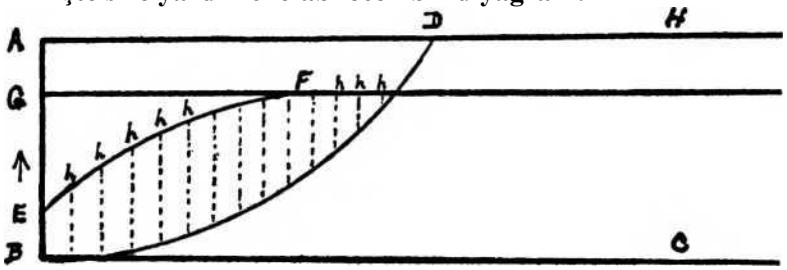
Meditasyonun "tohumlu" ve "tohumsuz" olmak üzere iki biçimi olduğu söylenir. Zihin, düşüncenin nihai nesnesi olan muhakemedeki son halka üzerinde sabitlendiğinde veya merkezlendiğinde buna "tohumlu meditasyon" denir. Bu nesnenin boş kalması için zihinden çıkmasına izin verildiğinde - bu "çekirdeksiz meditasyon"dur - yani nesnesiz meditasyon veya "düşünce tohumu"dur. Ancak Yogiler, tohumsuz meditasyon ile salt boş fikirlilik arasında ayrım yapmakta dikkatlidirler. İkincisi tamamen olumsuz bir durumdur; ilkinde zihin aktif veya tetikte tutulurken, erişilen bir sonraki daha yüksek ruhsal gelişim durumuna sıçramaya hazırdır.

Mesele şu ki, hepimiz beş duyunun kölesiyiz; ve nesnesiPRATYAHARAbunu bu meditasyonla kanıtlamak ve üstesinden gelmektir. Zihnin konvülsiyonları devasa bir deniz yılanına benzer, her zaman kıvrılır ve kıvranır ve bu içebakış yöntemiyle "bulanık sulara yağ" dökmeniz gerekir - mecazi olarak zihne yağ dökmek. İçten ve dıştan gelen her türlü uyaran, çağrışımlar, imgeler, düşünceler, fikirler, kokular, görüntüler, fiziksel rahatsızlıklar, bedendeki ağrılar, bilinç akışını engelleyen her şey bir kesinti ya da “ara” dediğimiz şeydir. ,”—bir bilinç kırılması.

Bir dahaki sefere "molaları" oldukça ayrıntılı bir şekilde ele alacağız ve bunların nelerden

oluştuğunu ve onlardan nasıl kurtulacağımızı göstereceğiz. Düşüncelerimiz, bilinç tarafından kontrol edilmeden ve kontrol edilmeden bu şekilde akıp gitmelerine izin verirsek, rüyalara, gündüz rüyalarına çok çarpıcı bir benzerlik gösterir. Aslında tam olarak yaptıkları şey bu*vardır.*

İşte size yardımcı olabilecek bir diyagram:



Deneyimimizin çıkış noktası,M.Ö. AHmükemmelliğe ulaşmaktır ve bu iki çizgi arasındaki mesafe, zihni eğiterek mükemmelliğe ulaşmak için - okun yukarı yönünde - kat etmemiz gereken mesafedir. "G", elde edeceğiniz ortalama gelişim düzeyi ile ilgilidir."BD"zihnin kontrolünün derecesini gösterir. Oldukça yavaş başlar ve siz ilerledikçe daha hızlı yükselir, ta ki en tepede zihniniz üzerinde mükemmel bir kontrol sahibi olana kadar. Çizgi"EF"zihnin içeriğini gözlemleme derecesini, içinde olup bitenleri görmedeki kontrol derecesini gösterir. noktaya varıyorsun"F,"zihnin kendi içinde ne yaptığını pratik olarak görebileceğiniz yer. Çizgiler (h,h,h,h), ilerledikçe sahip olduğunuz ya da sahip olmanız gereken kendi gelişiminizle ilgili memnuniyetsizliğin yüzdesini temsil eder. Öyle ki başlangıçta çok iyi bir ilerleme kaydettiğinizi düşünürsünüz, ancak kısa bir süre sonra hiç hayal etmediğiniz türden olağanüstü güçlüklerin ortaya çıktığını görürsünüz. Daha sonra zihnin içeriği üzerinde biraz kontrol kazanırsınız ve siz ilerledikçe zihniniz hızla iyileşir. Harita basitçe zihnin faaliyetini ve onun içebakış gücünün derecesini veya zihninizde olup bitenleri algılama yeteneğinizin derecesini gösterir.

O halde, meditasyon yaparken yapılacak ilk şey, zihnin bir süre çalışmasına izin vermektir. Sadece zihnin nasıl "çalıştığını" gözlemlemelisin çünkü ancak bu şekilde zorlukların farkına varabilirsin. Sıradan bir insanın bilincinin olağan koşullar altında olağanüstü karışık durumuna dikkat edin; nasıl dalgalı bir deniz gibi. Dikkat edin, sonra ortaya çıktıkça bu rahatsızlıkları "ezmeye" çalışın. Yüzeye çıkan herhangi bir düşünce mecazi olarak "kafanıza vurmanız" gerekir. "Hayır, seni istemiyorum. Defol!" - elbette her zaman düşüncelere "Defol! ' Bu daha çok uzak!

Zihne herhangi bir resim veya herhangi bir vizyon gelirse, hemen zihinden uzaklaştırılmamalı veya zihinden çıkarılmamalıdır, çünkü tekrar etmeye devam edecektir. Aklınıza bir resim veya görüntü -bir gemi enkazı gibi kalıcı bir resim- gelirse, onu basitçe kovmaya çalışmayın, çünkü geri dönecektir. Onu bir an orada tutun ve ona nesnellik kazandırın; Doğru noktaya gelene kadar bunu düşün*;-Daha sonra*sürgün et! Bu, kötülüğün hayaletinden veya onu kovalayan herhangi bir şeyden kaçmak gibidir.
Sen. Onunla yüzleşirsen ondan kurtulabilirsin; ama onu zihninizden ne kadar "çıkarırsanız", o kadar çok koyarsınız. Onu bilinçli zihnin dışına çıkarırsan, bilinçaltına koyarsın; ve karanlık bir mahzene koyup kapağını kapatmak gibi, - mahzende olan sorun çıkarır. Yapılması gereken onu camdan dışarı atmak! Herhangi bir şeyi kesinlikle "kovmak" istiyorsanız, önce onu aklınızda tutarak gerçek yapın ve*Daha sonra*ondan kurtulmak.

Sonuç olarak söylemek istediğim tek şey, ancak bu egzersizleri ısrarla uygulayarak, yavaş yavaş duyuların hakimiyetini elde edebileceğiniz, bir dereceye kadar dış dünyayı kapatabileceğiniz ve kafanızın içinde yeterince yaşayabileceğiniz veya oturabileceğinizdir. bir sonraki aşama olan konsantrasyona başlamak için,DHARANA; ve PRATYAHARA'da - meditasyonda- yapılacak şey, zihnin aşağı yukarı sakin bir boşluğa dönüştüğü noktaya ulaşmaktır, böylece onu orada tutma fikriyle ona bir düşünce nesnesi koyabiliriz. Ama adınızı

suya yazmaya çalışırsanız silinir, ya da dalgalanan kuma yazmaya çalışırsanız; ama kum tamamen sakinse, isim yazılı kalır.

Yani zihinle. Sakinleşmesini istiyorsun ve sonra içine koyduğun şey "kalıyor". bu ob-

PRATYAHARA'nın nesnesi.

BÖLÜM V

DHARANA (CON)

İÇINDESon bölümde üç konuyu ele aldık. İlki*Mantra Yogası,*veya mantraların veya kelimelerin gücü, bunlardan örnekler vererek; sonra ile*tütsü*Ve*parfümler,*—vücut üzerindeki duygusal etkileri; ve üçüncüsü, denilen şeyle*Pratyahara,*bu sadece meditasyon anlamına gelir; ve bunun amacı, zihni bir karatahta veya tahta gibi temizlemektir, böylece konsantrasyon sırasındaki izlenimler daha sonra, konsantrasyon başladığında üzerine yazılabilir veya üzerine yazılabilir.

Böylece biz gelirizDHARANA,konsantrasyon için Hindu eşdeğeri olan. Zihin boş bırakıldıktan sonra onunla bir şeyler yapmaya başlarız. Konsantrasyon pratiği yapmaya geldiğinizde, şimdiye kadar yaptığınız her şeyin faydalı olacağını göreceksiniz. O zamanlar görünüşte yararsız olan etkileri şimdi hissedilmeye başlayacak; yani çeşitli pozisyonlar, nefes alma ve gevşeme egzersizleri, ilahiler söyleme ve meditasyon veya zihni boşaltma - çünkü zihne herhangi bir darbe, konsantrasyon sırasında, düşünce bütünlüğünün ihlali olacaktır.

Konsantrasyon, zihni tek bir şeye, tek bir düşünceye sabitlemektir; ve bu, daha sonra göreceğimiz gibi, konsantrasyon nesnesine göre fiziksel bir şey veya zihinsel veya ruhsal bir şey olabilir.

Şimdi, Hinduların kesin bir zihin kuramı var ve

Önce bundan bahsetmeliyim. Psikologlar arasında kabul edilen bir teori vardır.ZIHIN-APTALLIK TEORISI;Hinduların anlayışına çok yakındır.CHITTA,"zihinsel şeyler" olan; ve zihin-şeyleri fikri basitçe şudur; maddenin her bir parçacığına iliştirilmiş gibi, küçük bir zihin parçacığı vardır - tıpkı dışarıdaki sisin havadaki toz parçacıklarının her birine yapışan küçük bir nemden kaynaklanması gibi. . ... Aynı şekilde, derler ki, evrendeki her atoma küçük bir zihin parçası iliştirilmiştir, böylece her atomun kendine özgü atom bilinci vardır; ve bu atomlar bir denizyıldızı biçiminde birbirine bağlandığında, diyeceğiz ki, o zaman bir denizyıldızı bilincine sahip olacaksınız; ya da bir denizanası biçiminde birbirine bağlıysa, bir denizanasına sahip olacaksınız. bilinç; ya da bir insan biçiminde bir insan bilincine sahip olacaksın; ya da bir kadın biçiminde bir kadın bilincine sahip olacaksın; ve benzeri. Yani bu bir çeşit monist teori,*canlı,*ve bunun yalnızca, bilincin farklı "kombinasyonlarını" oluşturan maddenin kendine özgü "kombinasyonlarından" kaynaklandığını.

Bu teori, bazı psikologlarımız, William James ve diğerleri tarafından eleştirildi. Örneğin William James, onları birbirine bağlayacak bir şey olmadıkça, bu zihinsel birimlerin birbirine bağlı olduğunu tasavvur etmenin imkansız olduğunu söylemiştir.*Açık.*Tıpkı bir şeyi olduğu gibi dokuyabileceğiniz bir arka plan olmadıkça dokuyamamanız gibi, yani ham düşünce malzemesini, küçük düşünce parçacıklarını alırsanız, bunlar birbirine yapışmaz. "sakız" değil - olduğu gibi - ve yapışmayacaklar. Ama Hindular bence teori*irade*ve bu onların zihin malzemesi teorisidir - bu parçacıklar bir araya toplanır veya birbirine yapışır - farklı bilinç birimleri oluşturur.1

Şimdi, insan zihninde bunlar akar; ve konsantrasyon, bu parçacıkların daha fazlasını tek bir yerde toplamaktan ibarettir - buCHITTA,bu akıl işi; ve eğer onları bir noktada olduğu gibi yoğunlaştırabilirseniz, o noktada bilincin mutlak birliğine sahip olacaksınız çünkü zihnin malzemesini, bu birimleri, ve tıpkı yanan cam gibi yoğunlaştırdınız. güneş ışınlarını bir noktada odaklayacaktır, dolayısıyla bu zihin parçaları bir noktada birbirine bağlıdır. O zaman mutlak konsantrasyona sahipsin. Bu onların teorisi.

Konsantrasyonun pratik yönüne geçmeden önce, zihnin ne yaptığına dair birkaç söz söylemenin iyi bir plan olacağını düşündüm.*dır-dir,*anlayışımıza göre, -bizim Batılı görüşümüze göre- daha sonra Hindu görüşüne biraz değinelim. Tabii ki,*öz*zihin hakkında çok az şey biliniyor. Gözlerimizi kapatabileceğimizi ve kafamızın içinde bir şey olduğunu hissedebileceğimizi biliyoruz, o da düşüncedir."BEN";ve herhangi bir türden bir felsefe sistemi formüle etmeye başlarsanız, geriye, geriye ve geriye gidersiniz ve her zaman kişisel öğeye ulaşırsınız. Descartes'ın ünlü sözünün temeli buydu; tüm felsefe sistemini eski söze dayandırdı,"COGITO ERGO SUM,"-"Bence; bu nedenle ben." Bu, gidebildiği en uzak mesafeydi - "Ben benim." Her şey kişiseldir!

i Hindu öğretilerine göre, zihne bir nesne sunulduğunda ve algılandığında, bu nesne zihne dönüşür.*şekil*algılanan nesnenin

Şimdi, nedir bu "akıl"? Şu anda, zihnin maddi beyinle ve beynin belirli bölümleriyle bağlantılı olduğuna inanıyoruz. Beynin anatomisi o kadar ileri gitti ki, beynin belirli bölgelerinin görme duyusuna, diğer bölümlerinin dokunma duyusuna, diğer bölümlerinin tat ve koku alma duyusuna vb. karşılık geldiğini biliyoruz; ve beynin diğer kısımları veya "bölgeleri", vücudun farklı kısımlarını hareket ettirir; öyle ki, artık parmağı beyinde belli bir noktaya koyup, "O kısım sol ayağın başparmağını hareket ettiriyor" ya da her neyse diyebilmek mümkün.

Ancak beynin tam olarak işlevini bilmediğimiz bazı bölümleri vardır; ve bunlar yüksek düşünce, soyut, ruhsal düşünce, çağrışım, muhakeme vb. merkezleri olduğu varsayılan ön bölgelerdir; düşünce aşağı yukarı tüm beyinde devam etse de. Aynı zamanda, bunlar özel yüksek düşünce merkezleridir.

Akıl, görebildiğimiz kadarıyla maddi olmayan bir şeydir. Bir masanın olduğu anlamda maddi değildir. Aynı zamanda beyin maddi bir şeydir. Şimdi, metafizik ve felsefedeki en büyük sorunlardan biri her zaman olmuştur, beden ve "ruh" - eğer böyle adlandırmayı seçerseniz -

nasıl olduklarıdır.*bağlı*biri diğeriyle. Görünüşe göre tamamen maddi olmayan bir şeyle (çünkü bir düşünce bir "şey"dir, granit bir dağ kadar bir "gerçektir", bir anlamda var olduğu için - fiziksel olmasa da)- arasında hiçbir bağlantı yoktur. fiziksel bir şey olan beyin; yine de onlar-*vardır*ilgili! Bir insanın kanına zehir enjekte edebileceğimizi biliyoruz ve bu zihni etkiler. Aksine, bir insan bir telgrafı okuyabilir, doğrudan zihne ulaşır ve bu, vücudunu o kadar etkiler ki düşerek ölür. Bu yüzden orada*vardır*bu ince bağlantılar.*Nasıl*bağlılar mı? İşte en büyük sorunlardan biri bu!

Her türlü teori var. doktriniPARALELLIK,adıyla, zihin ve bedenin basitçe yan yana ilerlediğini iddia eder; birbirlerine asla "dokunmazlar" ve bir anlamda birbirlerini gerçekten etkilemezler. Ancak bu akıl almaz bir şeydir, çünkü az önce gösterdiğimiz gibi, iki zehir ve telgraf örneğiyle çok yakından bağlantılıdırlar. Asla "dokunmayan" iki şeyin bu kadar yakından ilişkili olması düşünülemez.

Sonra yine teori var ki, fiziksel beyin*yaratır*düşünce. Biliyoruz ki, düşündüğümüz her düşünce için, beynin özünde -fiziksel, kimyasal, elektriksel vb.- burada devam eden değişiklikler var. Onlara bir şekilde eşlik etmek bir düşüncedir. Şimdi*materyalist teori,*ya daÜRETIM TEORISI,bu beyin değişimi bir şekilde mi*nedenler*düşünce, onu oluşturur, yaratır ve bu yüzdenHUXLEYterimi icat etti -EPIFENOMENALIZM.Aynı şekilde, bir ata bir gölgenin eşlik ettiğini, fiziksel duruma bilinçli veya zihinsel durumun eşlik ettiğini söyledi; beyinde meydana gelen bu fiziksel değişimlere, fiziksel koşulların adeta gölgesi olan zihinsel evrelerin eşlik etmesidir. Bu onun teorisiydi.

Peki, o zaman önemli olan beyindeki fiziksel değişimler olurdu; ve yine de hiç de öyle olmadıklarını hissediyoruz. Bizim için önemli olanın zihnimizin durumu olduğunu hissederiz. düşünce. Bu yüzden*O*teorisi çeşitli nedenlerle vazgeçilmiştir.

Sonra, zihin ve beynin temel bir gerçeğin iki farklı ifadesi olduğu doktrinleri vardır.*bir şey*Görünüşte tamamen farklı ve ayrı olan zihin ve maddenin aslında aynı kalkanın zıt tarafları olduğu ve bunların arkasında bir"X,"her ikisinin de ifadesi olduğu "gerçeklik" - zihin ve madde. Görünüşe göre tamamen farklılar, ancak işte onların ifadesi oldukları gerçeklik. Nedir-"X"?Materyalist okul, bunun bir enerji veya madde biçimi olduğunu söyler; idealist okul bunun Tanrı ya da ruh olduğunu söyler; ve agnostik okul "Bilmiyoruz!" der.

Sonra başka teoriler var; ama ben sadece bir teoriye daha değineceğim ve bu da basit, sağduyulu bakış açısıdır - bizim dediğimiz şeyETKILEŞIMCILIK,—yani ruh ve beden olmak üzere iki şey vardır ve bunlar birbiriyle etkileşim halindedir. Eğer bu doğruysa, belli bir noktaya kadar kendi duygularımıza ve kendi sağduyumuza uygundur ve ayrıca diğer teorilerin yapmadığı tüm bu psişik ve okült fenomenleri açıklamamızı sağlar. Öyleyse bir an için şunu varsayalım ki*dır-dir*doğru,-ETKILEŞIMCILIK.

Şimdi bu aklımız kendi kendine çalışıyor ve en temel özelliklerinden biri de*hafıza,*ve bu yine çok zor bir soru, bununla ilgili birkaç söz söylemek istiyorum. Zihinden bahsetmeye geldiğimizde, her zaman onun arkasındaki beyne inmemiz gerekir, çünkü onun bir şekilde ilişkili olduğunu biliyoruz.

Bilim adamları her zaman zihnin beyinde olduğunu düşünmediler. Eskiler kalpte veya akciğerde veya dalakta veya farklı organlarda olduğunu düşünürlerdi. Sadece son iki yüz yıl içinde beyinde olduğunu düşündüler, ama şimdi öyle olduğunu biliyoruz. Ama vücudumuzun sürekli değiştiği, yeniden yapıldığı fizyolojinin bize öğrettiği bir gerçektir ve eski "yedi yılda bir yapılır" sözü bir bakıma doğrudur. Yumuşak kısımlar muhtemelen yedi yılda birçok kez değiştirilir, ancak kemikli kısımlar daha uzun sürer. Belki de ortalama olarak doğrudur. Bu böyle olunca,*beyin de değiştirilir;*ve yine de yedi yıldan daha eski olayları hatırlayabilirsiniz! Böylece*materyalist teori,*Bir an için geriye dönecek olursak, şu şudur: Bir kayıt iğnesinin fonografik bir plağı çizip üzerinde bir iz bırakması gibi, bu sinirsel etki de beyinde bir iz bırakacaktır.

"Ah,"diyeceksiniz ama bundan bir süre sonra beyin hücresinin yerini başka bir hücre aldı.

hafızan nereye gittiile?" Buna cevaben, bu yeni hücre eskisini devraldığı için onun hafızasını da alır, alır ve yanında taşır. Elbette, bir anlamda bunun böyle olması tasavvur edilemez - ve aslındaBERGSON,Fransız filozof, harika kitabında,*Madde ve Hafıza,*hafızanın bu materyalist teoriyle açıklanamayacağını, akıl almaz olduğunu göstermeye çalışır; hafızanın kendisinin bir tür ruhani depo olduğunu ve beynin bu birikmiş zihinsel resimlerin fiziksel ifadesi için yalnızca bir araç olduğunu.

Şimdi, zihindeki tüm bu düşünceler birbiriyle bağlantılıdır.*dernek.*Onlar oluştururlar*alışkanlıklar,*— motor ve duyusal. üzerine bir söz belkiALIŞKANLIKyararlı olurdu Günlük yaşamda mümkün olduğu kadar çok eylem otomatik hale getirilmelidir; yapabileceğiniz en iyi şey bu. Yaşamanın en kolay yolu bu, çünkü örneğin bir düğmeye her bastığınızda bilinçli olarak düşünmeniz gerekiyorsa, bu çok fazla zihinsel enerji harcar. Çocuk yürümeyi öğrendiğinde bilinçli rehberlik kullanmak zorundadır. Daha sonra bu otomatik hale gelir ve aynı anda başka şeyler de yapabiliriz. Ve tüm yaşam boyunca, ne kadar çok otomatik hale getirebilirsek, zihin o kadar çok başka şeyler üzerinde çalışmakta özgür olur.

Zihin hakkında değinilmesi gereken bir diğer önemli gerçek. Zihnin eski teorisi, onun bir tür bekar olduğuydu.*birim,*—bir kristal küre, bir tür küre gibi bir "tek şey"; ve aslında,PLATON'UNiçin argümanRUHUN ÖLÜMSÜZLÜĞÜbölünmez olmasıydı; bölünemezdi. Bölünebilen her şeyin yok edilebilir olduğunu ve bu nedenle ölümsüz olmadığını söyledi; ama zihin bölünemez, bu nedenle yok edilemez ve bu nedenle ölümsüzdür! Pekala, bu görüş birkaç yüzyıl boyunca savunuldu; -aslında Hıristiyanlık bunu bir dogma haline getirdi ve fiziksel dünyanın yaratıldığını veya var olduğunu ve zihnin yok edilemez, ölümsüz olduğunu söyledi- ve bu dogma, yüzyılın sonlarına kadar devam etti. on sekizinci yüzyıl; ve sonra bilim bu doktrini tam olarak tersine çevirdi ve önce madde ve enerjinin yok edilemezliğini, yani fiziksel dünyanın ölümsüz olduğunu kanıtladı; ve sonra şöyle dedi: "Hayır, zihin yalnızca beynin bir işlevidir ve eylemi için beyne bağımlıdır; bu nedenle bölünebilir ve ölümlüdür ve bir mumun alevi gibi söner. ” Aslında tüm teoriyi tam olarak tersine çevirdi. Ve birkaç yıl öncesine kadar tersine döndü.*yeni*

dönüş gerçekleşti vegustav le bon,Fransız, İngiltere'den JJ Thomson ve diğerleri bize maddenin yok edilemez olmadığını, sürekli var olduğunu ve sürekli yok olduğunu, yani enerjinin bir ifadesi olduğunu gösterdi; enerjinin temel, gerçek şey olduğunu ve bu fiziksel dünyanın sadece enerjinin ifadesi olduğunu. Ancak şu zorluk var: Zihnin tek değil, karmaşık bir şey olduğu gösterildi. Bilinçli dikkatimiz, irademiz ve çabamızla bir arada tutulan bir ipin telleri gibi olduğu gösterildi; ve bu gevşediği anda ipin telleri yayılmaya, çözülmeye başlar - ve bu, bilincin parçalanmasının, çoklu kişiliğin ve benzeri durumların temelidir. Daha sonra zihin, hipnotik telkinle veya iradeyle veya çabayla normal bir bütün halinde yeniden birbirine dokunmalıdır.

Şimdi, Fransa'daki histerik vakaların çoğu köylü kadınlarla ilgiliydi; ayrışmak çok kolaydı, çünkü onlar zihinlerini meşgul etmiyorlardı, zihinleri çok esnekti. Artık histerinin hipnozla iyileştirilebilen bir zihin hastalığı olduğunu biliyoruz; öyle ki zihin teorimiz, onun parçalardan oluşan bir şey olduğu, ama aynı zamanda, eğer ölümden sağ kurtulursa, onda temel bir birlik olması gerektiği şeklindedir. İkinci olarak, bu kısımlar, ayrışmış bilinç vakalarında gösterildiği gibi, ortak bir hafıza bağlantısına sahiptir. Temel zihinsel durumlar üzerinde yapılan deneylerin analiziyle, hepsinin arkasında bu bilinç birliğinin olduğu gösterilmiştir.

Üç vardır*katmanlar*bahsettiğimiz bilinç, normal bilinç; the *Bilinçaltı,*günümüzde çokça konuşulan; ve ayrıca *süper bilinçli*hangisi çok çok az şey duyulur; ama tam olarak söylemek gerekirse, tüm bu psişik fenomenler - durugörü, durugörü, telepati vb. - ve yalnızca bu alemde meydana gelir.

Şimdi, insan zihni öyle inşa edilmiştir ki, içinde her zaman temel bir ikililik veya ikilik vardır. Bir kitaba baktığımda en az iki şeyin bilincindeyim; biri kitap; ikincisi,*BEN*kitaba bakıyorum Yani özne ve nesne, -gören ve görülen- iki şey.

Bir başka nokta: Kant, kendi *eleştiri,*dizi verir diye adlandırdığı düşünce güçlüklerininçelişkiler,ve bunlardan ikisi: uzay sonsuzdur; uzay sonludur. Zaman sonsuzdur; zaman sınırlı. Artık sonsuz uzayı tasavvur etmemiz imkânsızdır. Tam tersine, sonlu uzayı tasavvur etmemiz imkansızdır. Bir duvar örerek "Bunun ötesinde boşluk yok" ya da "Burada dur; bunun ötesinde hiçbir şey yoktur," çünkü zihin sonsuza kadar devam eder. Aynı zamanda sonsuz zamanı ya da sonsuz uzayı tasavvur edemezsiniz; yani bu zorluğun ortaya çıktığı bir ruh haliniz var; ve bu zihin ikiliği kaçınılmazdır, çünkü zihnimiz öyle inşa edilmiştir ki - çünkü her zaman bu zorluk vardır, bu*dualite.*

Peki Hindular, "Bunun üstesinden nasıl geleceğiz?" Ve şöyle derler: "Bunu yapmanın tek yolu, bu ikiliğin artık var olmadığı, bu ikisinin üzerinde 'zıt çiftler'i görebileceğiniz ve bunların birleştiğini görebileceğiniz üstün bir bilinç durumuna yükselmek. içine *bir;*ve bu bizim ulaşmak istediğimiz durum, -buraya bu açıdan bakabiliriz- ve o zaman artık bu zorluk ve sorunları yaşamayacağız.

Zihnin ne kadar tuhaf çalıştığını göstermek için: ünlü filozof,zenci,belki de bildiğin paradokslarını icat etti. Bunlardan biri şudur:*Aşil ve kaplumbağa.*Aşil kaplumbağadan iki kat daha hızlı hareket eder. Aşil kaplumbağanın başladığı noktaya ulaştığında, kaplumbağa yine yarı mesafe kadar ilerlemiş olacaktır, çünkü o yarı hızda hareket eder; ve teorik olarak, kaç milyon hamle yaparsanız yapın, Aşil-*Asla*kaplumbağayı yakalayın, çünkü kaplumbağanın daha önce bulunduğu noktaya her yaklaştığında, kaplumbağa her zaman bir önceki mesafenin yarısı kadar ileri gitmiştir.-*Pratikte,*biliyoruz ki o*yapmak*kaplumbağayı yakalayıp geçmek; ama teorik olarak yapmamalı, çünkü kaplumbağaya her yetişildiğinde kaplumbağa biraz ileri hareket etmiştir; ve mesafe ne kadar küçük olursa olsun, ne kadar küçük olursa olsun, kaplumbağa her zaman*meli*devam et,— ama olmuyor!

Şimdi, zihnin her zaman içinde olduğu bu tuhaf karmaşayı göstermek için bir paradoks

daha var.ZENOkanıtladı ki*uçan ok*havada asla hareket edemez, çünkü, dedi, ya ok olduğu yerde hareket etmeli*Olumsuz,*veya nerede*dır-dir*.olduğu yerde hareket edemez*Olumsuz*çünkü hareket etmek için orada değil; ve olduğu yerde hareket edemez*dır-dir*çünkü o noktada durağandır ve hareket etmez! Bu, yüzyıllarca çözümsüz kalan başka bir paradokstu.1 Bunun nedeni, insan zihninin

Bertrand Russell'ı görüyorum*Tasavvuf ve Mantık*, s. 80-4. Buradao kadar inşa edilmiştir ki, bu ölümcül ikiliğe sahibiz, . . . her zaman akılda kalan iki şey Sonlu ve sonsuz uzay gibi, şu anki bilinç durumumuzda çözülemezler. Bu yüzden Hindular şöyle dedi: "Bütün bu paradoksları çözmenin ve dualitenin ötesinde bir birliğe ulaşmanın tek yolu, tüm bunların - yukarıdan bakıldığında- tamamen açık olduğu bir duruma girmektir ve bu durum, süper bilinç. İşte bizim varmak istediğimiz şey bu, samadhi. Ve biz ona konsantrasyon veya dhaeana yoluyla ulaşırız - ki şimdi buna geliyoruz.

Önce konunun pratik kısmını ele alalım. İle*yoğunlaşmak,*öncelikle tamamen rahatlamanız gerekir. Bir sonraki yapılacak şey gözleri kapatmaktır. Sonra vücudun dinlendiğini, yani kaslarının gevşediğini hissedin. Şimdi, duyularınızı olabildiğince kapatın. Koku, tat ve görme duyuları artık etkin değildir; sadece işitme duyusu ve dokunma duyusu vardır. Dokunmak çok önemli ama eğer koltukta oturuyorsanızASANAkonumunda, vücudun bilincinde olmamalısınız.

Bir sonraki yapılacak şey, düzenli ve yavaş nefes almaktır. Nefes almaya başladığınızda, gerginleşme eğiliminde olduğunuzu göreceksiniz - kendinizi yakalamanız ve gevşemeniz gerektiğinde; Daha önce de söylediğim gibi, ılık bir banyoya girmiş gibi, en rahat ettiğiniz pozisyona geri dönün.

Şimdi o zaman, biz geliyoruz*zihinsel*faktör,—zihinsel inşanın başlangıcı. Alnında, gözlerin arasındaki bir noktada bir araya toplanmış güçleri, başın zihinsel güçlerini hissetmeye çalışın.

İktidarın gerçek gücünü değil, gücünü geliştirmek için.

diyor ki: "Her kuşağın en iyi zekaları sırayla

sorunları ele aldı, ancak genel olarak konuşursak, hiçbir şey başaramadı.konsantrasyon, ancak günlük yaşamda konsantrasyon gücü - üstlenebileceğiniz ve çok yararlı olan bazı egzersizler vardır. Bunlardan birkaçına değineceğim.

Kişisel olarak çok yararlı bulduğum bunlardan biri, felsefe, metafizik veya bilim gibi tam olarak anlamadığınız bir kitabın sayfasını alıp o sayfayı okumak ve tekrar okumak, tekrar okumak ve tekrar okumaktır. -okuyana kadar oku*Yapmak;*ve her cümlenin ve her kelimenin anlamını kavramak için gerekli olan kararlılıkla yapılan o yoğun konsantrasyon son derece faydalıdır.

Daha sonra sol elle çizim veya yazı yazma vardır ki bu birçok nedenden dolayı çok değerlidir. Her şeyden önce, artık beyinde iki konuşma merkezi olduğunu ve bunlardan yalnızca birinin kullanıldığını biliyoruz. Garip bir şekilde, sağ elini kullanan kişilerde solak konuşma merkezi ve sol elini kullanan kişilerde kullanılan sağ elini kullanan merkezdir. Bu anlaşılabilir bir durumdur, çünkü sinir lifleri boynun arkasında kesişir ve bebekken sağ kolun kullanılması beynin sol yarımküresini, sol kolun kullanılması ise sağ yarımküreyi geliştirir. beynin.

Sağ elini kullanan çocuğun beyninin sol yarıküresinde bir yaralanma olursa,*sersem.*Çocuklara çift el becerisini öğretirseniz, çok küçükken iki eli de, beynin iki tarafı da gelişir ve bu tehlikenin önüne geçilir; ve tüm çocukların olması çok önemlidir.-*meli*öyle öğretilmiş olsun

Nesnelerin ana hatlarını çizerken, nesneye bir süre tereddüt etmeden bakın. Ardından, nesne bulanıklaşmadan önemli bir süre camın içine bakabilirsiniz - bu durumda nesne kendinizsiniz.

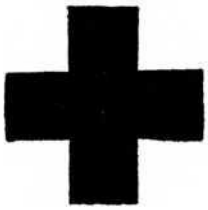
Hinduların eğitimlerinin bir parçası olarak benimsediği, yararlı olan bazı rahatlatıcı ve dengeleyici egzersizler vardır. Biri, hiçbirini dökmeden elde tutulan, ağzına kadar dolu bir bardak veya bir kase su bulundurmaktır. Ya da başlarının üstüne koyarlar, uzun süre bir damla bile dökmeden dengede dururlar.

İrade için iyi bir egzersiz olan bir şey daha var, o da saatin saniye ibresini sabırsızlanmadan izlemek. Bu son derece zor!

Tüm düşüncelerimiz ya olumlu ya da olumsuzdur ve olumlu düşünceler yapıcı düşüncelerdir ve olumsuz düşünceler yıkıcıdır; ve olumsuz ya da yıkıcı düşüncelerden kurtulmanın tek yolu, onları yok etmek ve yerlerine olumlu düşünceler koymaktır. ama bunu basitçe ilkini göz ardı ederek yapamazsınız. Sanırım bu noktaya daha önce değinmiştik, yani, hasmınızla kesinlikle başa çıkmanız ve onu gerçek bir varlık olarak tanımanız, onunla savaşmanız ve ondan kurtulmanız gerekir; ve bu yıkıcı, aşağı çeken çalışma yapıldıktan sonra, zihninizi başka olumlu düşüncelerle doldurabilirsiniz.

Şimdi konsantrasyon nesnelerine veya konsantre olunacak şeylere geldik.*üzerine*. Örneğin elinize bir kalem alın. Şimdi, o kaleme bakarsanız ve (diyelim ki) otuz saniyenizi ona konsantre olursanız, düşüncelerin başka şeylere kaymasını ve kalemin büyüklüğünü düşünmesini engellemenin neredeyse imkansız olduğunu göreceksiniz. kurşun kalem ya da siyahlığı ya da elinizde olması - binlerce yöne doğru uçup gitmesi. Parmağınızı düşünürseniz, o kısıma giden kanın akışını belirleyen tabii ki odur. Bu ünlü "hipnotik telkin" deneylerinden biridir. Deneğe parmağını veya elinin bir kısmını düşünmesini önerin - ve o kısımdaki kan belirlenecektir. Herhangi bir fiziksel şeye bu şekilde konsantre olunabilir; ama ne demek istediğimi açıklamak için başka bir nesneyi ele alalım.

Zihinsel bir resim olarak, bir*siyah haç*Sanırım, onu aklınızda tutmaya başladığınızda, bu kara haçın en ilginç şeyleri yaptığını göreceksiniz! Bir kalem ve kağıt alın: her seferinde, dakika boyunca



Çarmıha konsantre olursanız, düşünceleriniz ondan uzaklaşır, biraz işaret, biraz vuruş yapın. Dakikanın sonunda kaç vuruşunuz olduğunu göreceksiniz! Bunun neredeyse akıl almaz olduğunu göreceksiniz - haçın maruz kaldığı bükülmeler!

Her bilinç kırılması, zihnin başıboş dolaştığı anlamına gelir. Bu size, daha önce de söylediğim gibi, zihnin kaynayan, kaynayan bir deniz gibi olduğunu gösterir. Yoga'nın amacı, zihni, onunla istediğinizi yapabileceğiniz, "manipüle edebileceğiniz" plastik duruma getirmektir; ve ilk şey, siyah bir haç veya bir gül veya kanatlı bir küre veya istediğiniz herhangi bir nesne gibi bir görüntüyü "sallanmadan" zihninizde sıkıca tutabilmektir. Şekil 4 ayrıca bir konsantrasyon konusu olarak kullanılabilir.

İşte her biri yaklaşık birer dakika deneyebileceğiniz çok ilginç iki deney. Bu egzersizler sırasında derin nefes almayı unutmayın ve gözlerinizi kapattığınızda gevşemeyi unutmayın. Düz bir ahşap merdiven düşünün. "Jack and the Beanstalk" gibi açıkta dikildiğini, göğe yükseldiğini hayal edin; ve basamak basamak tırmanmaya başlayın! Bu merdiveni olabildiğince yükseğe çıkın; amacınız altmış saniye boyunca düşmeden yükselmeye devam etmektir.

Bu bir egzersiz. Bir diğeri kuyuya iniyor; üçte biri uçuyor. Bu içsel, zihinsel durumların akışını analiz etmeye başladığınızda, bunların birbirine çok benzediğini göreceksiniz.*rüyalar*aslında onlar*vardır*"gün rüyaları." Bilinçli zihnin kontrolü kaldırılır kaldırılmaz, zihin bu gelişigüzel, kontrolsüz, görsel türden bir yolda kendi kendine "yürümeye" başlar; ve irade ve dikkat kontrol alanlarından çıkar çıkmaz zihnin ne kadar koordinasyonsuz ve kalay kontrollü olduğunu bize gösterir.

Şimdi, tüm bu bilinç kesintileri veya kesintileri teknik olarak "kesintiler" olarak adlandırılır; izlemeniz gerekenler bunlar; ve daha önce de söylediğim gibi, düşünce her dolaştığında, kağıt üzerindeki küçük bir işaretle veya dikkati dağıtmayan otomatik bir

eylemle, örneğin bir boncuk çekmek gibi, kontrol edilmelidir. (Tabii bu, “tespihi anlatmak” maksadı, ne zaman düşünce namazdan veya tefekkür nesnesinden uzaklaşsa, tesbih geri çekilir.)1

i Avalon Diyor ki: “Onun 'okunuşu' (japa) ile birlikte Tesbih mantra yapılır.”

İşte bir sınıflandırmaMOLALARyararlı bulacağınızı düşündüğüm; ve siz konsantre olmaya başladığınızda, bunların aşağı yukarı şu sıraya girdiğini fark edeceksiniz:

*Birinci:*Fiziksel duyumlar, - beden.

Saniye: Duyular, duyular aracılığıyla izlenimler.
sesler. Vücudun pozisyonlarından dokunma duyumları; ve benzeri.

Üçüncü: Pe'den hemen önce meydana gelen olaylar
Konsantrasyon dönemi, ya da gün içinde olanlar.

(Sonuncusu çok güçlü ve sinsidir ve konsantre olmaya başlar başlamaz bu resimlerin ve olayların tıpkı rüyalarda olduğu gibi zihninizde canlanmaya başladığını göreceksiniz. Rüyaların yaklaşık yüzde altmış ila sekseni -malzeme, günün olaylarından ve sıklıkla uykuya dalmadan hemen önce gelen düşüncelerden oluşur. Bu "gündüz rüyaları" ile, konsantrasyondan hemen önceki olaylar veya günün olayları, ilk akla gelenlerdir. sudan yükselen ve yüzeyde patlayan bir baloncuk gibi bilince yığılmak.)

*Dördüncü:*Kesin konuşmak gerekirse, hülyalar veya gündüz rüyaları.
Çok ısrarcı ve çok sinsi.

*Beşinci:*Konsantrasyon yoluyla, iç gözlem yaparsanız ve kendi düşünce zincirinizi yakından ve titizlikle takip etmeye çalışırsanız, bence bulacaksınız.*düşüncenin kendisi*aktif; ve şöyle bir ifadeye dönüşecektir: "Bunu ne kadar iyi yapıyorum" veya "Nasıl kötü bir şekilde yapıyorum," - adeta kendisinin bir ifadesi.

Altıncı:"Kırılma" olan ama yine de asla bilince yükselmeyen düşünceler vardır. Bu düşüncelerin eğilimi, konsantre olduğunuz nesne dahil her şeyi unutturmaktır! Yani kendileri dahil her şeyi yok ederler.

*Yedinci:*Yedinci kırılma türü bir yarı halüsinasyondur - duyulan cümle kırıntılarının bilince geleceği; ya da görüntü kırpıntıları zihnin önüne gelecek.

Bunun kablosuz telgrafta doğru olduğunu biliyoruz. "Atmosfer" dediğimiz şeye sahibiz - yani toplanan ve bazen semboller veya sinyaller olarak yorumlanan tesadüfi akımlar. Aynı şekilde, bu "kopukluklar", diyebilirsiniz ki, bilincin "atmosferleri"dir - telefonda konuşurken olduğu gibi, tellerin üzerinden dolaşan çapraz akımlardır.

*Sekizinci:*son*kırmak*izini sürebildiğim, birinin içinde kopan ve iki şeyden biri olan bir tür sinir fırtınası; bitkinlik hissi ile bilincinizi geri kazanmanıza neden olan anormal bir durum; veya olabilirDHYANAistenen hedefin kendisidir. Tabii ki, bu "fırtına" ancak en az bir saat kesintisiz olarak bir nesneye konsantre olduktan sonra gelecektir.

Bu konsantrasyon döneminden geçtikten sonra nihayet nesneyi uzun süre düşüncede tutabileceğiniz bir noktaya gelirsiniz. Onu orada tuttun ve o sallanmıyor, titremiyor.

İçinde**Bir sonraki bölümde, nesneyi bilinçte tutabildiğimiz için, zihnimizi nesnenin üzerine boşaltabileceğimizi ve deyim yerindeyse,***bir***Bununla birlikte,-***yani,***onu aklınızda tutun ve kendinizi onunla özdeşleştirin;**Ve**bu durumDHYANA.**

BÖLÜM Yi

DHYANA*(Birleşme)*ve Samadhi (*bilinç)*

DHYANAesas olarak, görüş alanında tutulan nesne üzerinde zihnin birleşmesi ya da dökülmesinden oluşur. Nesne zihinsel ya da fiziksel bir şeyse, şu aşamaya ulaşırsınız:-**DHYANA.**Eğer bu soyut veya manevi bir şeyse, eninde sonunda son aşamaya ulaşırsınız, ki bu**SAMADHI,**—Hinduların ulaşma amacı budur. O zaman, bu özel gelişim çizgisi boyunca nihai hedefe ulaştınız. Yoga eğitimini bitirmez; ama ağacın bu dalı ya da cadde boyunca "eriştiniz".

Böylece, bu süreçteki son üç aşamanın—**DHARANA, DHYANA**Ve**SAMADHI,**—hepsi bir anlamda birbirine bağlıdır; bunlar tek bir şeyin, kademeli bir gelişim sürecinin ayrılmaz parçalarıdır; ve bu üç aşama birlikte denir**SANGYAMA.**İç gözlem yapmaya başladığınızda, zihni sakinleştirmede, sakinleştirmede bu zorluğu bulacaksınız. Önce dalgaları bastırma, büyük içsel hareketleri yatıştırma çabası vardır ve sonra huzur ve "mutluluk" elde edilir.

Bununla birlikte, daha ileri gitmeden önce, algı konusunda, yani şeyleri nasıl "gördüğümüz" konusunda bir nesne dersimiz olması gerektiğini düşünüyorum. Duyu algısı için bir nesne olarak bir kristal top alalım. Zihnin içinde tutulan nesneyle birleşmesi teorisini anlamadan önce,—biz
her şeyden önce nesneleri nasıl "gördüğümüzü" anlamalıyız.

Tümü; ve bu algı bilimi olarak bilinir*epistemoloji*,— duyum ya da algı kuramıdır. Kesin konuşmak gerekirse, diye bir şey yoktur.*renk. Görünüşe göre*elbette var ama gerçekte "renk" yok.

Gördüğümüz veya algıladığımız*gibi*renk basitçe bir nesneden yansıyan değişen titreşimlerden oluşur. Karanlık bir odada ışık kapatılırsa hiçbir şey göremezsiniz çünkü ışık olmaz. Bu da bizi neden herhangi bir şeyi "gördüğümüz" noktasına getiriyor.

Şey, biz sadece bir şeyi "görüyoruz" çünkü gözler ve optik sinirler ışık ışınlarıyla uyarılıyor ve ya nesnenin kendisi ışığı yansıtıyor ya da ışıklı olmalı - mum alevi, lamba veya fosfor gibi. vücut, ateş böceği gibi. Onu "gördüğünüzde", kendisi ışıklı değilse, ışığı yansıttığı içindir.

Bildiğimiz elli dört oktav titreşim vardır - bilim kesinlikle aletlerle ölçmüştür - ve bunların yalnızca yedide biri algılanır - bunlardan yedisi ses ve yalnızca biri görünür. Böylece, görme duyusunun bize dünyaya ne kadar çok küçük bir çatlak veya açıklık verdiğini görürüz. Sanki tamamen sağlam bir titreşim duvarı varmış ve etrafımızdaki maddi dünyayı görebildiğimiz sadece küçük bir çatlak varmış gibi. "Gördüğümüz" tek şey bu. Geri kalan her şey sonsuza dek karanlıktır ve görme duyusu tarafından bilinmez; böylece, bildiğimiz kadarıyla - görme duyusuyla kanıtlayabileceğiniz her şey için - bu odada tamamen katı, önemli varlıklar olabilir - bizim gibi insanlar - farklı ritimlerle titreyen - ve dolayısıyla bizim için kesinlikle görünmez!

Kristal küre gibi bir nesneye baktığımızda, onun belli bir rengi olduğunu algılarız; ya da yeşil bir kitap - onun bir rengi olduğunu algılarız, yeşil; veya başka bir kitaptaki kırmızı harfler kırmızı görünüyor. Gerçekten kırmızı kitap değil ya da*Açık*harfler veya kristal küre, ancak *akıl*;ve nesnenin neden*görünür*renkli
maddesinin, kendisine ulaşan ışık ışınlarının bir kısmını soğuracak ve diğerlerini yansıtacak şekilde yapılandırılmış olmasıdır. Bir madde bazı ışık ışınlarını emer ve diğerlerini yansıtır. Bir diğeri, spektrumun diğer ışınlarını emer ve diğerlerini yansıtır; ve yansıyan belirli titreşimlere göre bazı şeyleri hissederiz ve onlara belirli "renkler" atfederiz.

Oysa biz her şeyi sadece renginden görürüz! Hiç rengi olmasaydı, hemen bizim için görünmez hale gelirdi. O zaman, "Kitabın orada olduğunu nasıl bilebilirim? ' Yapılacak tek şey, onu diğer duyulardan biriyle denemek olacaktır. Diyelim ki ses duyusu, tat alma duyusu ve koku alma duyusu kesildi. Geriye sadece dokunma duyusu kalırdı - eğer görüşünüz alınsaydı. "Ama" diyeceksiniz, "kitabı göremesem de ona dokunabiliyorum. Ama elden beyne giden kolun sinirlerini kesecek olsanız, kesemezsiniz.*hissetmek*kitap artık; sonuç olarak,*senin için,*o kitap yok olur, yok olur! Dış dünyadaki herhangi bir şeyle ancak nesneden beyne giden titreşimlerle temasa geçeriz; ve eğer bu titreşimler durdurulursa, nesne anında bizim için görünmez ve algılanamaz hale gelir.

Şimdi başka bir noktaya geliyoruz. bakıyorum (söyle)
bir kristal kürede. O topla gözlerim arasındaki tek bağlantı, toptan yansıyan eter titreşimlerinden oluşuyor. Maddi şeyler değiller. Zihinsel olarak bir makas alıp ortadan kesip nesneyi ayırabileceğinizi hissedersiniz. Şimdi topa bakarken gözlerimi kapatıyorum ve hemen*Benim için*o top yok edilir; o yok. O halde gözlerim açıkken gördüğüm şey nedir? Topun kendisi değil, çünkü öğrendik ki renk ve diğer*niteliklerr*o topun sahip olduğu söylenenler*içinde*ya da şeyin kendisine, ama olduğu gibi konur*üzerine*aklımızdaki o şey. Benzer şekilde, gördüğümüz her nesneyi de kendi zihnimizde inşa ederiz. Başka bir deyişle,*dış fiziksel dünyanın kopyası olan zihinsel bir dünya yaratırız;*gördüğümüz, duyduğumuz, dokunduğumuz ya da hissettiğimiz dünyayı kendi beynimizde inşa ediyoruz - dış dünyaya tekabül etmesi gereken kopya, zihinsel bir dünya.

Şimdi, bu iç dünyanın dış dünyadan ne kadar farklı olduğunu bir düşünün! Görmenin fizyolojik süreci biraz şöyle olsa gerek: Nesneden gelen ışık titreşimleri göze çarpar, gözü, optik siniri geçerek beyindeki görme merkezine ulaşır. Orada, gizemli bir süreçle, görme "hissine" dönüşürler. Bu görme hissine eşlik eden beyin maddesindeki bazı sinir

değişiklikleridir. Ancak beyindeki bu sinirsel değişiklikler kesinlikle dış nesneden her şeyin olabileceği kadar farklıdır!

Beyinde "kristal" hissine tekabül eden sinirsel bir değişiklik -bazı hafif hücre değişiklikleri- olduğunu varsayacağız. Bununla bağlantılı olarak kristali "görme" hissi vardır; ama beyindeki o sinirsel değişim kesinlikle bu kristal küreden hayal edebileceğiniz herhangi bir şey kadar farklıdır! Biri sonsuz derecede küçüktür, bir çeşit sinirsel, moleküler değişimdir - kimyasal, elektriksel, her ne ise; diğeri olağanüstü, sert, kristal bir küredir - yine de birbirlerine karşılık gelirler! Şu denklik var, bu denklik var; böylece gözlerim açıkken gördüğüm şey*bir şey*benim kristal küre fikrim buna tekabül ediyor.

Şimdi, tüm bunların anlamı, gördüğümüz her şeyin kendi zihnimizde yaratılmış olmasıdır; daha önce de söylediğim gibi, dış dünyayla tekabül eden zihinsel, kopya bir dünyadır. Kendi içimizde dış dünyaya tekabül eden bir zihinsel dünya inşa ettik.

Peki karşılık geldiğini nasıl anlarız? Tabii ki, esas olarak normal, sağlıklı ve aklı başında olan herkesin anlaşmasıyla olur. Bu nesneye bakan biri "Kristal bir küre görüyorum" diyor, bir başkası aynı şeyi söylüyor, bir başkası da aynı şeyi söylüyor vesaire; bu anlaşma var. Renk körü değilseniz, halüsinasyon görmüyorsanız veya deli değilseniz, herkes bu konuda hemfikirdir.

Ancak diğer sorulara geldiğinizde, anlaşmak çok daha zor. Örneğin, eski bir soru var "Gerçek nedir?" Pilatus sordu. Şimdi, tanımı**GERÇEK**söylenir**olmak**"Gerçeklik algısı." Ama "gerçeklik" nedir ve "algı" nedir? Günlük hayatta alışık olduğumuz sıradan bir fiziksel şeyi algılamanın zorluklarından bazılarını az önce gördük; soyut bir şeyi, örneğin bir tür gerçekliği algılamak ne kadar zor! Bu gerçeklik nedir? Felsefi okulların hakikat teorisi üzerine ayrıldığı yer burasıdır!

Bütün bunları açıklığa kavuşturdum mu bilmiyorum, ama açıklamadıysam, herhangi bir nesneye baktığımızda onu asla gerçekte olduğu gibi görmediğimizi anlamamız son derece önemlidir.*dır-dir.*Bir masa görünüşte dikdörtgen, kahverengi ve katıdır, vs., ama onu metafiziksel olarak analiz etmeye geldiğimizde, onun kahverengi olduğunu görürüz ve*Olumsuz*ona yüklediğimiz bu nitelikler; bu nitelikleri yerleştiriyoruz*üzerine*masa ve eğer onları alırsak masa bizim için yok olur - artık görünmez, elle tutulur değildir, vb. Öyleyse geride ne kalır? Söyleyebileceğimiz tek şey, ya iki şeyden biri; ya hiçbir şey ya da bilmediğimiz ama kesinlikle gördüğümüzü sandığımız tablodan tamamen farklı bir tür "x". Bu tablo, maddi bir nesnede bile temas kurduğumuz tek şey olan bir fenomenler veya dış ifadeler demetinden oluşur; ama arkasındaki içsel şey,*numen,*Bu duyumları doğuran, tabir edilen şey, gördüğümüzü sandığımız şeyden kesinlikle tamamen farklıdır.

Şimdi, tüm bunlar, zihinsel imgeler veya vizyonlar veya farklı türden ruhsal deneyimler gibi zihindeki diğer şeyleri algılama sorusuyla ilgilenmek açısından önemlidir. "Gördüğüm bu şeylerin doğru olup olmadığını nasıl bilebilirim?" Tuhaf bir psişik duruma geçersem ve bir vizyon görürsem, insanlar "Ah, halüsinasyon gördün!" "Ah, hayır! Gördüğüm doğruydu. Gerçekten algıladım. ' Ah, hayır, halüsinasyon! ' Gördüklerinin doğru olduğunu nereden biliyorsun? Sadece tarafından*deneyim*Yoga aracılığıyla elde ettiğiniz bu daha yüksek psişik hallerde bunu söyleyebilir misiniz?*onlar doğru değil, hiçbir şey doğru değil;*çünkü bir masanın gerçekliğine inanmak için sahip olduğunuz kadar, onların gerçekliğine inanmak için de büyük bir gerekçeniz var.

Zihinsel bir gerçek, granit bir dağ kadar gerçektir. Doğru, - maddi bir şey değil; ama bu bir*hakikat*evrende - hesaba katmak zorundasın.

Şimdi Aziz Teresa'dan aşağıdaki alıntıyı ele alalım.**DENEYIMLER**.Biraz ortodoks ve dindar bir üslup var, ama onun bu sözlerden ne anladığını çok geniş bir şekilde yorumlamalısınız, çünkü herkes gibi o da ifade güçlüğü çekiyordu; elinden gelenin en iyisini yapmak zorundaydı!

Aziz Theresa, kendinden geçmiş veya mistik durumunu anlatırken şunları söyledi:

“Allah'a kavuşmak için dört mertebe namaz vardır ki, her biri bir öncekinden daha kolay olan dört usulden müteşekkildir; ilki, bir kuyudan kol kuvvetiyle su çekerek, ki bu ağır bir iştir. İkincisi, bir hidrolik makine ile çekerek, bu şekilde daha az yorulma ile daha fazla miktarda su dökülür. Üçüncüsü, suyu bir nehir veya dereden ileterek. Dördüncüsü ve kıyaslanamayacak kadar en iyisi, bol yağmurdur, Tanrı'nın kendisi bizi hiç yormadan sulamayı üstlenir. İlk iki derecede, O'nun tüm insanlara gönderdiği vecd içinde kazanımlar vardır. Bu nedenle, bazen okurken sürekli olarak Tanrı'nın varlığının bilincindeydim. O'nun içimde olduğundan ve benim O'nda tamamen kaybolmuş olduğumdan şüphe etmem kesinlikle imkansızdı. Bu bir vizyon değil. Ruhu öyle bir askıya alır ki, tamamen kendindeymiş gibi görünür. İrade gezinir; hafıza neredeyse gitmiş gibi görünüyor; anlayış hareket etmez. Yine de kendini kaybetmez. Ne kendinden geçme ne de ruhsal bir uyku olan daha yüksek bir derecede, irade tek başına hareket eder ve nasıl tutsak olduğunu bilmeden Tanrı'ya, onu hapsedebilmesi için rızasını verir, adeta Tanrı'nın prangalarına düşer gibi. Kimi seviyorsa.

“Üçüncü derecede vecde geliriz. Bu durum, güçlerin, yetilerin uykusudur, burada -var olmadan, tamamen Tanrı'da kaybolmuş haldeyken- yine de nasıl çalıştıklarını anlamazlar."

(Dördüncü Derece, burada alıntılanamayacak kadar uzun olan işlemin tamamlanmasıdır.)

Aziz Teresa'nın bu deneyimleri, Yoga öğretileri ve mistiklerin öğretileriyle karşılaştırılabilir ve dikkate değer bir şekilde aynı fikirdedir - her durumda amaç, sıradan bilinçten daha üstün bir zihin veya varlık durumuna ulaşmaktır ve bu da kişinin kişinin kendisininkinden daha yüksek bir akıl veya güçle temasa geçmesi.

Kristal küre gibi bir nesneyi algılamanın zorluklarını az önce gördük; ve düşündüğünüzde, aklın algıladığı herhangi bir nesnenin veya şeyin gerçekliğini kabul etme yolunda bazı zorluklar olduğunu göreceksiniz. Hinduların amacı, nesneyi akılda tutmak ve sonra bir irade çabasıyla zihni onunla birleştirmektir.

Zihnin ölümcül ikiliğine, zihnin ikilik niteliğine daha önce değinmiştim, hatırlayacaksınız; aşmanın tek yolu, bir birlik elde ettiğiniz, yani aşağı baktığınız ve bu iki zihin durumunun - benlik ve nesne, gören ve görülen olduğunu "gördüğünüz" - daha yüksek bir zihinsel denetim durumu elde etmektir. ,— yanıltıcıdır ve hepsinin nihayetinde birleştiği*bir*.O Birlik halini elde etmek istiyorsunuz ve bunu yaptığınızda, adeta gerçek ve ruhani bir ışık elde ediyorsunuz. Yoğun bir inanç ve gerçeklik duygusuyla dünyaya geri dönüyorsunuz; ve (dünyadaki Mesih, Buda, Muhammed ve diğerleri gibi büyük ruhani liderlerin sahip olduğu) bu deneyim yüzünden yaptıkları inançla öğrettiler; hissettiklerini hissettiler*biliyordu.*Teori üretmediler ama bilme inancıyla geri döndüler ve gerekirse ölüme katlanmaya razı oldular çünkü Gerçeğe sahip olduklarını hissettiler.

İlk bölümde bir şiirden alıntı yaptım; Sanırım şimdi anlamını o zamana göre daha fazla görebilecek durumdayız.**“AUM MANI PADME HUM”**(mantra), "Çiy damlası parıldayan denize kayar." Bu, bu zihnin veya akıl damlasının nihayetinde evrensel Zihne geri döndüğü anlamına gelir - tıpkı su damlasının fiziksel okyanusa yeniden katılması gibi. Hinduların amacı bu akıl suyunu Evrensel'e katmaktır; ve bunu yapmanın yolu, zihni Mutlak ile birleştirmektir, çünkü "erişim"in yolu budur. 1

Bize canlı bir fikir veren bir şiir var.

Hindu kâhinler ve Hıristiyan mistikler, benliğin ve İlahi olanın birliğini arama konusunda anlaşmışlardı.

Doğuluların aklında olan şey, biz Batı'da kabullenmekte zorlandığımız bu birlik biçimini veya tekçiliği ne kadar tamamen kabul ettikleri. Her zaman bir ikilik duygusuna sahibiz, yani -biz Batılılar- ondan ne kadar uzaklaşmaya çalışsak da; ve onlara felsefelerini veren de bunu engelleme çabalarıdır. Herkes okumuştur tabi *hay tatlı patates,*Fitzgerald tarafından çevrildi; aynı Fitzgerald, ne yazık ki nispeten az bilinen iki şiir daha tercüme etti - öyle olmaları gerektiği halde; ilki çok güzel bir sembolik aşk hikayesi olan “Sülemen ile Absal”; ikincisi “Kuş Meclisi” – bir alıntı yapacağım. Felsefi bir

eserdir. “Kuş Meclisi” fikri şudur: Bir grup kuş toplanmış; içlerinden birini, çok bilgili bir kuş olan Tajida'yı dinlediler: "Hadi mistik uçuşumuza başlayalım ve ulaşma hedefine ulaşmaya çalışalım." Ama "Nasıl yapacağız?" dediler. Tajida, “Bu çok zor! Büyük kumsallar ve çöller üzerinden su olmadan uçmanız gerekiyor” ve karşılaşacakları tüm zorlukları sıraladı. Bütün bunları duyduklarında,*yaptı*başladı ve biraz yol aldı ve sonra düştü ve tekrar yuvalarına uçtu. Bazıları biraz daha ileri gitti; ve bazıları daha da ileri gitti ve bazıları yolda öldü; ve sadece*otuz,*sonunda Hedefe ulaşan bu geniş kuş sürüsünden. Hikayenin sembolik anlamı,

her biri, birbirlerine en yakın oldukları anda yakından açığa çıkar.”—(Royce:*Modern İdealizmde Dersler,*P. 75.)tabii ki, bu Ruhun Mükemmelliğe uçuşu olduğu için; ve yolda karşılaştıkları fiziksel zorluklar, Yol'daki, Erişme Yolundaki engellerdi.

Şimdi, bu kuşlar ne zaman*yaptı*nihai hedeflerine ulaştıklarında, görünüşe göre büyük zorluklar içindeydiler! Ama olağanüstü bir şey oldu. Bazı Kapalı Kapıların ardında Tahtta oturan Yüce Varlığı görmek istediler. Bir Ulak, her şeyden önce onlara uçuşlarını sordu; ona yaşadıkları güçlükleri anlattılar - birdenbire büyük kapılar ardına kadar açıldı - ve Otuzlar içeri girdiler ve gözlerini tahta kaldırmaya cüret ettiler:

Gözlerini -Taht'a kadar- Alev'e kaldırmak için bir kez daha tozun arasından cüret ettiler.
Ve İhtişamın ortasında şu figürü Gördü:*Kendileri-* Biçimleri Değiştirilmiş gibi - kendilerine baktıklarında,
Taht'taki figürün mucizevi bir şekilde büyülendiğini gördüler;
Ta ki kendi gözleri ile aralarındakiler arasında tereddüt edene kadar.*Kahin*hangisiydi*Görülen;*
Bireysel, ama bir: Kimden korkunç bir cevap geldi, güçlükle farkedilen bir istek Kimin dönüşünü pek bilmezlerdi;
Bir Adamın Kalbindeki Soruyu Yüksek sesle Cevaplaması gibi—
“Kemalimin güneşi bir camdır ki içinde görmekten içini görmek*yapı*Yansıtılmış olarak yansıtan Herkes,
Kendilerini bende ve Beni Onlarda görür; Olumsuz*Ben,*
Ama benim her şeyim, kısılmış bir göz Sonsuzluğu kaplar:
Henüz değil*kendileri:*benlikler değil, ayrıldıkları ve düştükleri Tüm Kesirlerden başka.
Derinden su tekrar yükselirken
Tek tek yağmur damlaları halinde geri düşer Sonra Evrensel Ana'da erir.
Olduğun, gördüğün, yaptığın ve düşündüğün her şey,
Olumsuz*Sen,*ama /, görmüş, yapmış ve yapmış:
Kendimden isyan eden günahtım:
Tow'rd Myself'in zorladığı vicdan azabı çekiyorum:
Track'i yöneten Tajidar'dım:
Seni geri çeken küçük çalı bendim:
Günah ve pişmanlık - borçlu olunan intikam,
Ve iptal edildi—Hacı, Hac ve Yol,
Kendime doğru yalnızca bendim; ve Benim Kendi Kapıma Gelişin:
Kendi Kesirinizde, kendimi gören, aynada kendimi tutan, - ve kendimi gören her bir parçam, boğulmuş olsa bile, asla göremeyecek.
Gel, Merkez çekilişinde atomları kaybettin,
Ve*olmak*Gördüğünüz Ebedi Ayna:
Karanlığın içinde dolaşan ışınlar Geri Döner ve Güneşinize geri döner.

Bu bakış açısını edinmelisiniz. Bunlar, altta yatan Öz'ün farklı veçheleriydi;*Bir şey*hepsinin arkasında. Tüm tezahürler, tüm iyi, kötü, her şey, altta yatan gerçekliğin yalnızca farklı yönleridir. Bir şey*Sen*Bu duruma, Tek Gerçeği idrak etme yeteneğine ulaşmak için yapmanız gereken, kendinizi birleştirmektir.*ile*BT. Bunu yapabildiğiniz zaman tüm evreni görürsünüz.*Kozmik Bilince ulaşırsınız.*Kozmik Bilince, zihninizi Evrensel Bilinç ile birleştirme yeteneğine ulaştığınızda erişilir - ve bu daha yüksek bakış açısından sadece her şeyin iyi olduğunu değil, aslında tüm bilgeliğe, tüm bilgiye, tüm güce sahip olduğunuzu görebilirsiniz. ,—evrenin içerdiği her şey! Yogi'nin amacı budur!

Bu kozmik bilinç sorusuyla ilgili olarak, bir tanesine geldiğinde nasıl hissettirdiği hakkında size bir fikir vermek için bir alıntı daha. Bu alıntı, Dr. Bucke'nin çok ilginç çalışmasından alınmıştır.*Kozmik Bilinç,*—burada bu duruma nasıl ulaştığını,—nasıl ortaya çıktığını anlatıyor. Bilinçli ya da bilinçsiz olarak bu kozmik bilinç durumuna ulaşmış olan ünlü ruhani öğretmenlerin ya da edebi, şair ya da sanatsal kişilerin diğer birçok

kolaylıklarını sıralar.

Doktor Bucke diyor ki:

"Geçen üç yıl içinde bu sözde kozmik bilinçle ilgili yirmi üç vaka topladım. Her durumda, yeni yetinin başlangıcı veya gelişi her zaman ani, anlıktır. Zihnin deneyimlediği olağandışı duygular arasında, aniden bir aleve ya da parlak bir ışığa dalmış olma duygusu vardır. Bu tamamen kaygısız ve dışsal bir sebep olmadan gerçekleşir veya öğlen veya gece yarısı olabilir ve kişi ilk başta delirdiğini hisseder. Bu duygularla birlikte bir ölümsüzlük duygusu gelir - sadece gelecekte bir yaşam olduğuna dair bir kesinlik duygusu değil - bu önemsiz bir mesele olurdu - aynı zamanda şu anda yaşanmakta olan yaşamın ebedi olduğuna, ölümün bir ölüm olarak görüldüğüne dair belirgin bir bilinç. sürekliliğini etkilemeyen önemsiz bir olay."

(Başka bir deyişle, insan bir ruha "sahip olmaz" veya ölümsüzlüğe "erişmez";*dır-dir*bir ruh ve*şimdi*ölümsüz.)

"Ayrıca, günah duygusunun yok edilmesi ve entelektüel bir yeterlilik var - sadece eski planı aşmak değil, tamamen yeni ve daha yüksek bir planda. Kozmik olarak bilinçli ırk, bugün özbilincin evriminden önce var olan aynı ırktan daha fazla olmayacak. Yakın gelecekte dünyayı kaplayacak yeni bir ırk doğuyor."

Kendi özel aydınlanma deneyimiyle ilgili olarak Dr. Bucke şöyle yazar:

"Akşamı bazı arkadaşlarla sakin bir şehirde şiir ve felsefe okuyarak ve tartışarak geçirmiştim. Wordsworth, Schelley, Browning ve özellikle Whitman ile kendimizi eğlendirmiştik. Gece yarısı ayrıldık. Pansiyonuma bir faytonla uzun bir yolculuk yaptım. Zihnim, okumanın ve konuşmanın uyandırdığı fikirlerin, görüntülerin ve duyguların etkisi altında seyahat etti. Zihnimde çok huzurlu bir zevk vardı, aslında düşünmüyordum ama görüntülerin, fikirlerin ve duyguların kendi kendilerine uçup gitmesine ve zihnime yayılmasına izin veriyordum. Birdenbire, hiçbir uyarıda bulunmadan kendimi alev rengi bir bulutun içinde buldum. Bir an için, o büyük şehirde, yakınlarda bir yerde büyük bir yangın olan yangını düşündüm. Bir sonraki an, yangının kendi içimde olduğunu anladım."

Bu çok aydınlatıcı çünkü fikri*ışık*psişik gelişimde ve psişik fenomenlerde her zaman büyük bir rol oynar. Mesih dedi ki, "Gözün tek olursa, tüm vücudun*ile dolu* ve bu bir tüm ruhların medyumlardan söz etmesi ilginç bir gerçektir.*"ışıklar";*ve birinin "dünyanın ışığı" olması vb.

Gözün tek olması meselesine gelince, buna daha sonra geleceğiz. "Üçüncü gözle", yani Shiva'nın Gözüyle ilgilenir. Ama şimdi mesele şu ki*ışık*önemli psişik faktördür; ve çok ilginç bir şey ki, maddi veya fizyolojik görme söz konusu olduğunda - sinir sisteminin herhangi bir faaliyeti - sinirlerin çok yüksek bir bileşeni olan - fosforesans veya fosfor ile bağlantılıdır - ve tabii ki fosforesansın ışığın eşlik ettiği bir fenomen; ve bu ışık sorunuyla ilgili olarak toplanabilecek birçok psişik faktör vardır.

Kozmik Bilinci deneyimleyen kişiye gelen bu içsel ışık, onunla bağlantılı çok çarpıcı olgulardan biridir; ve belirli bir gelişim aşamasına ulaştığınızın somut bir işaretidir.1

İçine iki faktör daha giriyor. Zaman ve mekan silinir. "Ruhlar" derler ki, bizim onları algıladığımız şekliyle ruhlar dünyasında, zaman ve mekanda,*içermiyor*,—ve rüyalarımızda yoklar. Rüya gördüğümüzde, bizim anladığımız şekliyle zaman ve mekanın içinde olduğu bir dünyaya gireriz.*vardır*Olumsuz. Zaman ve uzayın tamamen öznel veya zihinsel olduğunu söyleyen koca bir felsefe okulu vardır; hiçbir şekilde nesnel bir varoluşa sahip olmadıklarını, tamamen öznel olduklarını.

Bu elbette çok büyük bir soru, üzerine yüzlerce cilt yazıldı ve şu anda çözemiyoruz. Ama sadece şunu söyleyeceğim - bir anlamda onlar*vardır*yanıltıcı ve başka bir anlamda onlar

1 Yoga'da yine bu soru*Işık*çok sık tartışılmaktadır. Bu nedenle, Hatayoga'da "Işık" tefekkürü özellikle reçete edilir. Geliştirme sırasında (ortamlarımızda olduğu gibi) "Ateşli Kıvılcımlar" görülür, ancak "ateşli kıvılcımları gördükten sonra ışığı görürler."*Olumsuz. Zaman ve uzayı gerçek şeyler olarak, yani bir kristal kürenin gerçek bir şey olması anlamında kavrarsanız, o zaman elbette var olmazlar; ama*

onları gerçek zihinsel durumlar olarak tasavvur ederseniz, o zaman var olurlar - gerçek gerçeklikleri vardır. Ayrıca nesnel olarak, bir anlamda var oldukları da gösterilebilir. Zaman ve mekan, yaşamımızla ve onun akışıyla yalnızca keyfi olarak ilişkilidir. Zaman almak; bir saatin, saatin veya bir metronomun tik taklarıyla ölçülür; veya dünya kendi ekseni etrafında dönerek bize suni bir süre verir, bu bizim tarafımızdan saatlere, dakikalara, saniyelere vb. bölünmüş belirli bir zaman uzunluğudur.

ilgili bu zaman ve mekan birimleri, hepinize sahipsiniz bir saatin ne kadar hızlı geçtiğini veya ne kadar uzun sürdüğünü hissetme deneyimine sahiptiniz ve bu size bir "saat" olduğunu gösterir.*sana*bir saat değil, içinden geçtiğiniz belirli bir zihinsel dönemdir - duruma göre uzun ya da kısa.

Burada birkaç yıl önce yaşadığım ve bu soruya biraz ışık tutan küçük bir örnek vereyim. O zamanlar uyuşturucu, haşhaş ve maskal karışımı ve diğer iki veya üç şeyle deneyler yapıyordum - amaç kendi bilincim üzerindeki psikolojik etkileri izlemekti. Bu ilacı ikinci kez aldığımda, dört saatlik çok yoğun ve güzel renkli görüntülerden sonra, zaman ve mekan duygusu beni tamamen terk etti. Sabahın dördünde Altıncı Cadde'de yürüdüğümüzü, dördümüzün de oldukça "sallantılı" olduğunu ve bir restorana girdiğimizi biliyorum. Bir sandviç ve biraz kahve içtik. Sandviçin ortasında tabağıma koydum ve "Bunu bitirmeyeceğim!" Diğerleri, "Ah, evet; devam etmek! "Sizi bekleyeceğiz." Ben de "Ah, hayır! Hayır! Hayır! Bunu yapamam! Çok zaman alırdı" dedim.*yıl*Ve*yıl*o sandviçi bitirmek için!" Elbette güldüler ve "Devam edin; sadece biraz zaman alacak." Bana öyle geliyordu ki her bir "çiğneme" arasında geçen saatler - saatler ve saatler - ve beni sandviçi bitirmeye ikna edemezler - çok uzun sürerdi!

Böylece dışarı çıktık; yükseltilmiş tren istasyonu yaklaşık bir buçuk blok ötedeydi, ama caddenin kilometrelerce yukarısında istasyonu gördüm! Üzerine yürümeye başladık. Sonunda istasyona varana kadar yürüdük, yürüdük ve yürüdük - görünüşe göre saatler ve saatlerce -! Yolda çok ilginç bir deneyim yaşadım: ayağımın kaldırıma çarptığı andan itibaren*duygu*ayağımın ona çarpmasından,*saat*geçti, ama elbette bir saniyenin çok küçük bir parçasıydı. Saatimi çıkarsam ve saniye ibresini fark etsem, her saniye arasında saatler, saatler ve saatler yine geçerdi.

Bu sadece zaman algımın tamamen "parçalandığını" gösterir; yani kendimde bir zihinsel değişim olmuş, zaman ve mekan duyularım tamamen alt üst olmuştu, benim için hepsi değişmişti. ,—rüyalarda, sayıklamalarda ve diğer durumlarda sıklıkla yaptıkları gibi.

Şimdi, bizimkinden farklı - içinde yaşadığımız bu tamamen yapay alandan farklı - başka bir bilinç alanı varsa, zaman ve mekan duyularımızın temelde orada değişmesi gerektiği düşünülebilir. Delirmek zorunda değiliz. Tamamen uyanıktım ve tamamen mantıklıydım, ama sadece zaman ve mekan duygum gitmişti. Şimdi, ruhaniyet iletişimleri -doğru olduklarını kabul ederek- bizim onlara verdiğimiz adla zaman ve mekan ilişkilerinin-*yapamaz*artık yok - ve elbette, gördüğümüz şekliyle maddi dünya da yok. Şimdi bunu Yoga uygulamalarımıza uygulayalım.

Bu alıştırmaların amacı**(DHYANA),**zihni bir nesneyle birleştirmeye çalışmaktır - nesneyle birleşmeye ve egonun yok olmasına neden olmaktır. Nesneyi net bir şekilde akılda tutarak, üzerinde yoğunlaşılmalıdır; ve sonra o şeyi zihinle bütünleştirmeye çalışılır, öyle ki, daha önce de söylediğim gibi, zihinde bir tür "klik" oluşur; olağanüstü bir deneyim yaşanır; ve "şey", tuhaf bir içsel olguyla "siz"e bağlanır, - siz*onunla bir;*dualite duygusu kayboldu ve siz bu birlik duygusuna sahipsiniz.

Kularnava Tantra'nın sözleriyle, "Dhyana, içinde ne 'burada' ne de 'burada değil' olan bir konsantrasyon biçimidir; Büyük bir okyanusta olduğu gibi içinde aydınlanma ve dinginliğin olduğu ve boşluğun kendisi olan." Daha fazla ayrıntı için Avalon'a danışın,*Yılan Gücü.*

Bütün bunlar, fiziksel bir şeyle ya da zihinsel bir imgeyle bütünleşme girişimiyle ilgilidir; ama manevi bir şeyi veya soyut bir fikri düşünmeye çalıştığınızda ve onunla bir olmaya çalıştığınızda*o veya*kendini onunla birleştir, -o zaman Yogi'nin ulaşmaya çalıştığı

duruma ulaşırsın,-**SAMADHI.**Bu öncekinden daha büyük bir birlik**DHYANA.**O, Yüce Akıl ile birdir, yani Kozmik Bilince ulaşılır ve Yogi'nin nihai edinimine böylece bu özel çizgi boyunca ulaşılır.

Biz Batı'da aşağı yukarı aynı şeyi süreçlerle yapmaya çalıştık. istemiyorum Genellikle belirli dini deneyimlerle ilişkilendirildiği için şimdi bu mistik öğretiye değinmek. Mistisizm üzerine ilginç analojileri gösterecek pek çok kitap var - (belki de merak etmiyorlar, çünkü temel gerçeklere dayanıyorlar) ama mistik eğitim ile Yoga'nın nihai kazanımı arasındaki analojiler.

Bu içsel deneyimler, çoğu durumda,*rüyalar*Rüyalarda görünüşe göre insanlarla tanışır ve konuşuruz. Günlük hayatımızda insanlarla tanışır ve konuşuruz. Rüyalarda maddi nesneleri alır ve kullanırız. Günlük hayatta maddi nesneleri alır ve kullanırız. Rüyalarda insanlarla tartışırız, hatta bazen düello yaparız. Günlük hayatta tartışmalarımız ve zihinsel veya fiziksel düellolarımız olur. Ve benzeri; benzetme mevcuttur. O halde, rüya deneyiminizle günlük yaşamınız arasında nasıl bir ayrım yapacaksınız? Gerçekliğe uygulamak için aklınıza gelebilecek her testi burada, bu günlük yaşamda, hayal dünyasında "gerçekliğe" uygulayabilirsiniz ve bire bir benzer sonuçlar verdiği görülecektir.

"Oh, peki, kendimi çimdikleyebilirim; böylece gerçekten burada olduğumu gösterebilirim - bu canımı yakıyor.7 7 Ama rüyalarınız üzerinde belirli bir kontrole sahipseniz ve rüya halindeyken, "Şimdi, gerçekten burada olduğumu kanıtlamak için ve bu hayat bir gerçek, kendimi çimdikleyeceğim77; -rüyanda kendini çimdikleyebileceğini ve canının yandığını göreceksin; böylece bu test yerine getirilir. Rüya bedenine uygulandığı şekliyle düşünebileceğiniz her test, fiziksel bedene uygulananla aynıdır - öyle ki, bu bakış açısından ikisini birbirinden ayırmak imkansızdır.

Durum böyle olunca şu soru ortaya çıkıyor: "Nasıl
Bu hayatın bir rüya olmadığını biliyor muyuz? Rüya dünyasının başka bir bilinç durumu olmadığını, bu dünyanın yalnızca başka bir durum olduğunu ve bunların başka bir bilinç durumu olduğunu nasıl bilebiliriz?*ikisi birden*rüyalar; öldüğümüzde uyandığımızı ve sonra, biri bu dünyada, diğeri başka bir dünyada değişen bir kişilik dönemi geçirdiğimizi anladığımızı mı? Nasıl bilebiliriz?

Hindular iddia ediyor ki*dır-dir*doğru; bir tür daha yüksek zihin olduğunu, bu hayatın*dır-dir*hepsi bir rüya ve rüya dünyasının da bir rüya olduğu; ikisi de rüya; bunlar birbiriyle ilişkilidir ve öldüğümüzde ya da son, gerçek gerçekliğe uyandığımızda, o zaman onların gerçek olduğunu algılarız.*vardır*her ikisi de rüyalar.

Şahsen ben bunun doğru olduğuna inanmıyorum. hepiniz okudunuz*Alice Harikalar Diyarında*Ve*Alice Aynanın İçinden.*Hatırlarsanız, Alice ormanda Tweedledee ve Tweedledum ile karşılaşmıştı ve Kızıl Kral'ı orada uyurken bulmuştu; ve Tweedledum, "Rüyasını ne görüyor sanıyorsun?" dedi. Ve Alice, "Bunu nasıl bilebilirim?" "Neden" dedi, "tabii ki rüya görüyor.*Sen."*Alice, "Nereden biliyorsun?" dedi. Tweedledum, "Eh, sen*Burada.*Bu senin rüya gördüğünü gösterir. Sen sadece onun rüyasındaki bir şeysin. Seninle ilgili hayaller kurmayı bıraksaydı mum alevi gibi sönerdin." Alice, Ah, saçmalık, dedi. "Elbette" diye cevap verdi.
Sen sadece bir rüya-imgesin, onun rüyasındaki bir figürsün. Senin hakkında hayal kurmayı bıraksaydı, tamamen dışarı çıkardın. Alice, "Saçma sapan konuşuyorsun," dedi ama yapamadı.*çürütmek*BT.

Bizde de durum aynı. Dünyanın bir rüya olduğu vb. gibi tüm bu teoriler, biz*hissetmek*çöp olmak, ama olamayız*çürütmek*onlara. Bununla birlikte, bir test olduğunu düşünüyorum.-*olabilmek*Bu rüya figürleri ile günlük hayatta karşılaştığımız figürler, yani birbirleri arasındaki farkı gösterecek olan uygulamadır. Rüyada biriyle tanışırsak ve o kişiyle sohbet edersek, konuştuğumuz kişide bir "bilinç merkezi" olmadığını hissederiz; onu biz yarattık; ve bu günlük hayatta o kişinin*sahip olmak*Biz uyusak da uyanık olsak da var olmaya devam

eden kendisine ait bir “bilinç merkezi”. Ama rüyadaki kişinin biz uyandıktan sonra da var olmaya devam eden böyle bir "bilinç merkezi" yoktur; tıpkı Tweedledum'un Alice'e söylediği gibi "söner". Bence bu test, rüya hayatındaki rüya figürleri ile şu anda içinde yaşadığımız fiziksel dünyada karşılaştığımız figürleri birbirinden ayırıyor.1

Son bir soruya geldik. Ulaşılan bu durum,**SAMADHi**—birçok insan edinmek istemeyeceklerini düşünüyor! “Hayır, kişisel bilincimi çalışma ve çaba sonucunda oluşturdum ve eğer bunların hepsi yok edilecek veya 'bilinç okyanusuna' sürüklenecekse, istemiyorum; Olduğum yerde kalmayı tercih ederim!” Eh, bu bir anlamda çok makul. Kesinlikle almak için çok çalışıyoruz

Kitabımda bu sorunun tartışılmasına bir bölüm ayırdım.*Modern Psişik Olaylar.*

şimdi elimizde olan ve onu korumamız gereken şey. Ama Hindular bunu da öğretir, ki bu biz Batılılar tarafından gerçekten takdir edilmez, yani bu birleşme gerçekleştiğinde, siz de kendi bilincinizi korursunuz.*duyu.*Kayboldun ama oradasın. Çok büyük bir entelektüel doruk yaşadığımız ya da herhangi bir türden çok keskin bir duyguyu yaşadığımız anlarda, gerçekten o duygunun içinde kaybolduğumuzdan daha önce bahsetmiştim; var olduğumu hissetmiyoruz”*"BEN*canlı,"*"BEN*öyle ve böyle hisset”; ama sadece duygunun kendisini hissedin. Sen kaybolmuşsun*içinde*o duygu, o hal.1 Ve Hinduların kastettiği de budur; sen olduğunda*bir*Evrensel Bilinç ile siz*vardır*tüm güçleri, tüm potansiyelleri, tüm nitelikleri ile Evrensel Bilinç; ama aynı zamanda ayrı bir faktör olarak var oluyorsun. Dr. Bucke bu gerçeği dile getirdi ve özellikle kısa "kozmik bilinç" deneyimiyle ilgili ifadesinde bunun üzerinde durdu. İşin özü şuydu ki, bu hissi deneyimlerken ve bilincin daha yüksek durumunda -Kozmik Bilinçte- kendini kaybederken, aynı zamanda kendisinin de farkındaydı.

*Samadhi*kimlik tespiti” olarak tanımlanmıştır.

Edward L. Thorndike'ı görüyorum:*Psikolojinin Unsurları,*P. 108:—“Örneğin, yaz güneşinde yarı uyuklarken ya da tembelce yüzerken ya da boğmaca ya da astım ızdırabı çekerken ya da öfkeyle kendinden geçtiğinde ya da kokuya daldığında nasıl hissettiğini bir düşün. ormanın. O zaman insan duyguya kapılır, duygu içinde kaybolur, şimdilik*dır-dir*kişi "düşünmez", "fikirlere" sahip olmaz veya "şeyleri" fark etmez. İnsan sadece sıcaklığı, suyu ve gökyüzünü ve bedensel hareketlerini, acıyı, öfkeyi, kokulu havayı hisseder.”

Manas ve Atma, tuz ve su olarak”—her şeyin bir (eşit) ve “eşitlik nektarı” (birlik) olarak bilindiği durum. Samadhi'de bile çeşitli mükemmellik dereceleri olduğu söylenir. En mükemmel halin dünya planımız üzerinde cinsel krizlerle sembolize edildiği söylenir ve sonuç olarak Samadhi, bu duruma karşılık gelen sürekli, "mutluluk" durumunu temsil eder. "Bu, fiziksel hazzın en yoğun biçimi, üzerinde canlandırıldığı ruhsal düzlemde Shiva ve Shakti'nin birleşmesinden doğan Yüce Mutluluğu sembolize eder."*(op. cit.,*s. 248-49). Buradan Samadhi'nin çoğu insanın hayal ettiği boş, anlamsız "hiçlik" hali olmaktan çok uzak olduğu görülecektir! Ve ayrıca, "Yaşam Kuyusu"na yapılan her ziyareti tazelenme, artan güç ve keyif takip ettiği söylenir. Elbette, tüm Hindu öğretilerinde çok fazla erotik sembolizm var - tıpkı burada, Batı'da seks ve din arasında yakın bağlantılar bulduğumuz gibi.

Bu erişim noktasına ulaşan Yogiler ayrıca belirli yöntemlerle bağımsız olarak belirli psişik güçler geliştirmişlerdir; ve bir sonraki bölüm, bu psişik güçleri ve bunların edinim sürecinde nasıl kazanıldığını ele alacaktır. Bir ağacın dalları gibi, adeta "dallar"dırlar. Ana gövdeyi takip ettik - tepeye, kuşun tünediği yere kadar; ama bu "ağaç"tan dallanan irili ufaklı dallar vardır ve bu psişik güçler, ruhun uyanmasıyla gelişir.*Kundalini,*ve bir sonraki bölümde tartışacağımız diğer yöntemlerle.

SORULAR VE CEVAPLAR

***Q.*O tuhaf zaman ve mekan kaybı hissine sahip olduğunuzda, uzay hissini gerçekten kaybetmediniz - onun hakkında farklı bir kavrayışınız vardı, değil mi?*A.* Evet, bir milin bir mil olduğu şeklindeki sıradan, geleneksel, geleneksel alan duygusunu kaybettim. Oradaydı*A*boşluk duygusu, ancak genellikle bildiğimiz aynı alanı temsil etmiyordu.**

***Q.*İlacın bazı beyin ve sinir merkezleri üzerindeki etkisi bu muydu? A. Evet, şüphesiz; hepsinin fizyolojik bir temeli vardır. En aydınlanmış ruh halinin bile fizyolojik bir temeli olduğunu düşünüyorum. Bu uygulamaları ele**

alan küçük bir kitapta şöyle der: "Erişim yolu veya deha veya Tanrı-kaput, insan beyninin bir gelişimi olarak kabul edilir."

***Q.*Bazen rüya gördüğümü rüyamda gördüm. Bunun hesabını nasıl veriyorsun?*A.*Rüya içinde rüyadır. Kayıtlarda böyle birçok vaka var. Bir yansımanın yansıması gibidir. Muhtemelen bu durumda bir tür bilinç dualitesi vardır. Zihin katmanlardan veya katmanlardan oluşur ve bu farklı katmanlar arasında her zaman devam eden dalgalanmalar vardır - birinden diğerine, rüya durumunda daha derin veya daha az bir bilinç derinliğine ulaşılır.**

***Q.*Beyin hücrelerinin çok küçük bir yüzdesini kullandığımız doğruysa -en büyük beyinler bile küçük bir yüzde kullanırlar- belki de bu Yogiler beyin hücrelerinin daha fazlasını kullanmayı öğrendiler, o daha yüksek seviyeye ulaşmak için?*A.*muhtemelen.**

***S. (Devam ediyor)*Çünkü eski bir ırk olarak yüzyıllar boyunca onları geliştirmiş olabilirler mi?*A.*Evet. Beyinle ilgili bilinmeyen kalan pek çok şey var; Gelecekteki bir Derste beyin ve onun kan kaynağı ve diğer şeyler ve onunla bağlantılı okült öğretiyi ele alacağız. Bayan Piper'ın trans halindeyken ruhlar, Bayan Piper'ın beyninin belirli boş kısımlarını kullandıklarını söylediler; ve tüm bu deneyimlerin nadas zeminde geliştiği muhtemelen doğrudur.**

***Q.*Yogilerin bu uygulamalarda iradelerini nasıl kullandıklarını bize anlatır mısınız? Sıradan bir şekilde mi?-*A.*Var*iki vasiyet*. Eğitilebilen bilinçli irade; ve çok az kişinin sahip olduğunu bildiği bilinçaltı irade. "Astral projeksiyon" gibi bazı psişik deneyler, bu bilinçaltı iradenin uygulanmasına bağlıdır. Bir dizi okült egzersiz ve uygulama ile yönlendirilir.**

***Q.*Telepatinin geliştirilecek, yani bir bilime indirgenecek bir sonraki yetenek olduğunu söylemiyorlar mı?*A.*Evet. Benim kendi teorim, bunun sadece zaten sahip olduğumuz yetilerin bir uzantısı olduğudur. Örneğin, hiperestezi denen şey -yakındaki nesnelere ve insanlara ve onların auralarına vb. karşı aşırı duyarlılık- psikometriye veya nesnelerin taşıdığı etkilerin algılanmasına yol açar; ve psikometriden telepatiye ve durugörüye geçiş yalnızca bir adımdır; hepsi derecelendirilir.**

***Q."*Kozmik bilinç" kendinizi evrenle birleştirme yeteneği midir?*A.*Pek değil. Kozmik bir bakış açısıyla algılamanızı sağlayan, o bilinç durumuna erişmenizdir. Ama*devletin kendisi*, - bu şekilde elde ettiğiniz, - her şeye gücü yeten, her şeyi bilen, her yerde mevcut olan bilinçtir - kısacası, bir Tanrı bilincidir.**

***Q.*Bu bilince ulaştığınızda, başarabileceğinizi düşünüyor musunuz?*Yapmak*normalin ötesinde şeyler mi yoksa sıradan şeyler mi?*A.*Elbette, çünkü o bilince ancak gelişimin tüm aşamalarından geçtikten sonra ulaşırsınız. Şimdi, benim bu konuşmaları yapmam sizin kozmik bilince erişmenizi sağlamaz. Bu alıştırmaları ve yöntemleri uygulayarak kendiniz deneyimlemelisiniz; ve edinim sürecinde, bahsettiğiniz şeyleri yapmanızı sağlayan belirli güçler edinirsiniz. Hinduların yaptığı budur. öğrenmiş biri*Bu*sır görünmez hale gelebilir; ulaşmış kimse*Bu*havada uçabilme durumu; ulaşmış kimse*Bu*kişi artık hastalığa karşı bağışıktır ve bu böyle devam eder. Bunların bazıları harika görünebilir, ancak bazı iddialarda büyük ölçüde gerçek payı olduğunu düşünüyorum.**

***Q.*Tablonun gerçek dışılığından bahsediyordun. Bayan Eddy kitabında maddede gerçeklik olmadığını söylüyor.*A.*Evet.**

***Q.*Burada geçerli görünüyor.*A.*Evet. Bu çok ilginç bir noktayı gündeme getiriyor. Masadan bahsederken maddenin -var olduğu, bizim algıladığımız şekliyle- var olmadığı gerçeğinden bahsetmiştim; şimdi bunun Hristiyan Bilimi ile örtüştüğü noktası ortaya çıkıyor. Bir anlamda bu doğru. İki fikir arasında büyük bir benzerlik var. Felsefede "İdealizm" diye bir doktrin vardır; ki, hiçbir şeyi olduğu gibi görmediğimize göre,*dır-dir*,ama sadece nitelikleri veya nitelikleri, bu fenomenlerin arkasında, bu niteliklerin arkasında bir şey, bir "X" olmalıdır; ve bu "X" bir şeydir*zihinsel;*Aksi halde akıl onu algılayamaz, çünkü akıl ancak kendisine yakın olan bir şeyi algılayabilir.*idealizm*bu nedenle evrenin temelde zihinsel olduğunu söyler. Bayan Eddy geldi ve "Evet. . . . Bu bir gerçek. Durum böyle,*vucüdun*zihinseldir. Yani kendinizi iyileştirmek için yapmanız gereken tek şey, vücudunuzun*dır-dir*temelde zihinsel, - olarak*idealizm*Platon'dan beri öğretiyor ve günlük hayatta uyguluyor.,-*düşünmek*bütün vücudun ve sen*vardır*tüm."**

Bana göre - ve elbette burada büyük bir görüş serbestliği var - bu doktrini uygulamanın zorluğu*idealizm*günlük yaşam teori ve pratik arasındadır. Teorik olarak bu duvarın var olmadığına inanabilir ve bir dizi soyutlamayla duvarın, eterin veya elektriğin tezahürleri olan elektronlardan oluşan atomlardan oluştuğunu - muhtemelen zihinsel kökenli olduklarını - kanıtlayabilirsiniz; ama için*pratik günlük yaşam*yaşamak zorundayız*güya*o duvar vardı; ve pratik günlük yaşam için yaşamak zorundayız*güya*fiziksel bir bedenimiz vardı. Zihnin beden üzerinde çok büyük bir etkisi olmadığından değil; ama Hristiyan Bilim Adamlarının inandığı gibi ^-kapsayıcı olduğunu düşünmüyorum. Fark budur. Bu soruyu uzun uzadıya tartıştım, ancak kitabımda*Modern Psişik Olaylar*.

BÖLÜM VII

KUNDALINI (GIZLI ENERJI) VE NASIL UYANDIRILIR?

BUSon bölüm, Yogi'nin arzuladığı nihai bilinç aşamalarına ulaşılmasıyla ilgiliydi.-SAMADHIbaşından sonuna kadarDHYANA,—zihnin Mutlak ile birleşmesi.

Ancak herkes ilgileniyor*fenomenler*.Gösterilerin eşlik ettiği bir derste, çoğu insanın gösteriler uğruna dersi tolere ettiğini her zaman fark etmişimdir! Ve sanırım Yoga için de durum aynı, -aslında, kişinin Yoga'da üstlendiği tüm bu uygulamalar yoluyla- kişi ilginç psikolojik karaktere sahip her türlü fenomeni elde etse de - ruhçuluk ve olağanüstülük değil her zaman, - ama ilginç psikolojik, içsel deneyimler*gerçek*.Şimdi, tabiri caizse, bu deneylerin bir koluna geliyoruz - burada, Yoga yöntemleri aracılığıyla fenomenlerin doğrudan deneysel üretimini daha ayrıntılı olarak inceleyeceğiz.

Bunu yapmadan önce, Hindu kavramlarına göre insanın yapısı hakkında birkaç söz söylemek gerekecek.

İnsanın sıradan Batılı görüşü, fiziksel bir bedene sahip olduğu ve bunun içinde bir yerlerde bir "ruh" veya "akıl" veya "ruh" veya başka bir şeyin gizlendiğidir.

- çok belirsiz bir fikir - ve bu zihnin çalıştığı, düşündüğü ve gerçek insanı oluşturduğu; ve bunun ötesinde, bir şekilde "Cennetin Krallığını" miras alan "ruh" dediği bir ruh veya buhar veya gölge veya hayalet var; ama zihin, ruh ve ruh arasındaki bağlantıların ne olduğu Batılı zihinlerimizde her zaman çok belirsiz olmuştur.

Şimdi, Hindu fikri, insanın bundan çok daha karmaşık bir yapıya sahip olduğudur. Başlangıç olarak, insanın yedi bedeni vardır ve bunların en aşağısı fiziksel bedendir - ona "kaba" beden derler; bunun üzerinde "eterik" beden (bu aynı zamanda Hindulardan ödünç alınan Teosofik doktrindir) ve onun üzerinde "astral" beden ve ardından "zihinsel" beden vardır, vb., zihinsel olanın üzerindeki daha yüksek planlar aracılığıyla. Bu organların her biri, yukarıdaki ve aşağıdaki arasında bir tür bağlantı veya aracı görevi görür. Örneğin, eterik, astral ve fiziksel arasındaki bağı veya bağlantıyı oluşturur; ve astral, zihinsel ve eterik arasındaki bağı oluşturur; ve benzeri.

konusuna zaten çok kısaca değinmiştim.*delilik*, - zihin ve beden arasında bir bağlantı veya bağ olduğu ve birçok deliliğin vücudun temel hastalıklarına veya temel zihin bozukluklarına değil,*bağlantı*ikisi arasında sıra dışı olmak.

O halde bu bedenlerin hepsi kendi özel işlevlerine göre çalışır.*yüzeyleri,*ve her biri kendi düzleminde işlev gören cisimler kadar düzlem vardır ya da daha doğrusu, düzlemler kadar cisim vardır; fiziksel beden fiziksel planda, mental beden mental planda, eterik beden eterik planda vb. işler.

Şimdi, Hindular, enerjinin maddeyi yukarıdan aşağı oynadığına dair bir fikre sahipler - ki bunun da temelde doğru olduğuna inanıyorum - madde bir anlamda canlı olsa da, sürekli hareket halinde olması anlamında. hızlı hareket; ayrıca kendine ait bir tür doğuştan bilince sahip olduğu. Ayrıca organize veya birbirine bağlı hale geldiğinde ona eklenen başka bir bilinç daha vardır ve bunun nedeni, bu enerjinin o maddi temeli üzerinde sanki*üstünde.*

Hindular, bu ilke, "ilahi nefesin dışarı akması" ve şimdi giremeyeceğimiz başka şeyler üzerine çok ayrıntılı bir evrim teorisi geliştirdiler. Her halükarda, tükenmez bir kaynaktan - zihinsel ve fiziksel bir enerji kaynağından- yararlanabileceğimiz gerçeği, pratik günlük yaşamlarımız ve ortak deneyimlerimiz tarafından bize deneysel olarak kanıtlanmış gibi görünüyor.

Mesela tanıdığım bir kadın küçük bir operasyon için morfin almış ve bu morfinin etkisiyle bir günde ağır karakterli üç kitap okumuş ve bu üç kitabın hemen hemen her kelimesini hatırlamıştı.

Başka bir uyuşturucu (kokain) alın ve olağanüstü bir mutluluk yaşarsınız. Ama yaşadığın mutluluk değil*içinde*kokain, o küçük beyaz toz diye bir şey yok, o*içinde*insan ve ilaç onu basitçe yüzeye çıkarıyor. Öyle ki, mutluluk ve hafıza için bu olağanüstü gizli yetilere sahipsin - kendi içindeki tüm bu olağanüstü güçlere sahipsin ve onları elde edebilmen için bazı yapay yollarla yüzeye çıkarılmaları gerekiyor.

Hipnotizma bunu yapar; düşünce engellerini ve tüm beden baskılarını -bizi her zaman baskı altında tutan içimizdeki tüm faktörleri- ortadan kaldırır ve bu içsel tükenmez depoların ve olasılıkların yüzeye çıkmasına izin verir.1

William James'in "The Energies of Men" başlıklı bir denemesi var ve bu çok aydınlatıcı denemede kendi içimizdeki enerjilerin yalnızca küçük bir kısmını kullandığımızı gösteriyor. Bir de çok az kişinin bildiği ilginç bir fizyolojik gerçek var.*vis.,*bebeğin daha doğmadan, sahip olabileceği kadar çok beyin hücresine sahip olduğunu! Biz değil*eklemek*beyin hücreleri; biz sadece onları geliştiririz veya hayattan geçerken onları katman katman yararlı faaliyetlere dönüştürürüz; ve zihnimizi veya beynimizi ne kadar geliştirirsek geliştirelim, hiçbir zaman kullandığımız noktaya gelemeyiz.*Tümü*o hücreler, böylece kendi güçlerinizi tüketmekten asla korkmanıza gerek kalmaz; fizyolojik olarak her zaman bir rezervimiz vardır.2

Bu olağanüstü zihinsel yükseklikler, bu zihinsel güçler, bu gizli enerjiler, bu mutluluk ve neşe ve "mutluluk" (Hinduların her zaman söylediği gibi), eski-

1 **Beden engin bir güç deposudur (Shakti). Tantrik ayinlerinin amacı, bu çeşitli güç biçimlerini tam ifadelerine yükseltmektir." (Avalon, s. 72.) Bu, Prana aracılığıyla yapılır.**

2 **"Beyindeki tüm nöronları görünür kılmak için St. Paul Katedrali kadar büyük bir model gerekirdi - dakikada 50 sayı sayan ve günde 12 saat çalışan bir adamın tüm nöronları sayması muhtemelen 700 yıldan fazla sürerdi." bir adamdaki sinir hücreleri!" (EB Thorndyke,*Psikolojinin Unsurları,*P. 151.) Vücutta on bin milyondan fazla var.**

duyguların, hislerin ve düşüncelerin baskıcı kombinasyonları - böylece yapay olarak, ilaçlarla veya hipnoz gibi deneysel yöntemlerle elde edilebilir; ve bu Yoga uygulamalarında; ve bu duruma ulaştığınızdaSAMADHI,o duruma gelirsin**içinde**bu "mutluluğu" yaşarsınız. O zaman otomatik olarak içinizdeki tüm bu enerjilerin ve güçlerin kilidini açarsınız ve bunları elde ettiğiniz anda elde edersiniz.**KOZMİK BİLİNÇ.**

Hindular, bununla birlikte, bunlar arasında çok net bir ayrım yaparlar.*çeşit*bir yanda ilaçlar ve diğer yanda meditasyon yoluyla üretilebilen özgürleşme ya da ecstasy. Böylece şunları okuruz: *Ananda*
(Mutluluk) bir tür içki veya uyuşturucu yoluyla güvence altına alınabilir, ancak kimse bunun özgürleştirici mutluluk olduğunu düşünmez. Bu bize Hindu Psikolojisinin bu tür varlık hallerini ne kadar derinlemesine hesaba kattığını ve onları incelediğini gösterir.

buINSANIN RUHUHindular tarafından bölünmüştür**beş**kategoriler; ve sembolik olarak, simyacıların yaptığı gibi, onları ifade etmek için her zaman elementleri kullanırlar.

Saf Ruh varATMA.Sonra "hava" olduğunu söylerler ki buMANALAR;—*yani,*akıl veya düşünce fakültesi; Ateş, olan**BUDA,**—ayırt edici fakülte; "su" yaniCHITTA,veya düşünce- şeyler; ve "toprak"AHANKARA,veya "egoizm" diyebilirsiniz.

Göreceğiniz gibi, ruhun - Hindular tarafından inanılan - çok benzer olan bazı nitelikleri vardır, yani:MANASVeCHITTA,— yani, düşünce ve düşünce malzemesi. Nasıl farklılık gösterirler? Hindular, suyun suyun hareketinden farklı olduğu gibi onların da farklı olduğunu söylüyor. Biri sakin bir durumdadır; diğeri hareket halindeki aynı şeydir. Yeri gelmişken şunu söyleyebilirim ki, Batı'da bir "şey"in durağan ve hareket halindeki aynı "şey" olup olmadığı konusunda büyük bir ihtilaf vardır. Örneğin, insan zihni, bilinç, bir*şey*veya bir*Gitmek?*Bir varlık mı, yoksa sadece hareket halindeyken, hareket halindeyken var olan bir şey mi? Ve bu eylem durduğunda, o şeyin kendisi yok olur mu? Başka bir okul, "Hareket eden herhangi bir şey bir şey olmalı, bir şey olmalı" diyor.*ile*taşınmak." Ve benzeri.

Bununla birlikte, geri dönmek için: Bu iç enstrüman
aklın beşi vardırKILIFLARveyaKOSALAR,— yani Mutluluk Bedeni, Düşünce Kını, Bilinç Kını, Ateş Kını ve Beslenme Bedeni. Bu sonuncusunun beşten beslenmesi veya besin alması gerekiyor.TATVALARveyaETERLER.(Bunlara ek olarak üç tane de vardır.ALT GÖVDELER,— Nedensel Beden, İnce Beden ve Kaba Beden.)

Hindular bunlar hakkında çok şey yazıyor.TATVALARveyaETERLER;ama bunlara girmeden önce, Batılı esir anlayışımızla ilgili birkaç söz söylemeliyim. Çoğumuz esiri belirsiz, hafif, buhar gibi bir şey olarak düşünürüz.*Bu yüzden*ince ve*Bu yüzden*hiçbir enstrümanın bunu kaydetmemiş olması zayıftır - ki bu bir gerçektir. Bazı insanlar varlığından bile şüphe ediyor. Aksine, Sir Oliver Lodge, onun o kadar yoğun ve katı olduğuna inanıyor ki, platin ve altının onun için hiçbir önemi yok. kitabında,*Uzay Eteri,*bu görüşü savunuyor. Güneş ve dünya, der, ya da dünya ve ay, yerçekimi kuvvetiyle, birbirlerini muazzam bir şekilde çekerler; olmalı*bir şey*hangi tutar

onlar ayrı. "O şey nedir?" "Eter olmalı." Ve örneğin, dünyanın Ay üzerindeki çekiminin, her biri bir ayak kare kalınlığında beş milyon milyon çelik sütun gibi bir şey olduğunu hesaplamıştır - bu, esirin bu iki cisim arasında ilettiği kuvvete eşdeğer olacaktır. .

Aksine, Haeckel,*Evrenin Biddle'ı,*eterin deyim yerindeyse geleneksel gaz olduğunu düşündü ve dünya büyüklüğünde bir eter küresinin veya küresinin yaklaşık iki yüz elli pound ağırlığında olacağını hesapladı! Yani büyük bir görüş farklılığı var; ve daha önce de söylediğim gibi, bazı fizikçiler esirin hiç var olmadığına bile inanma eğilimindeler! burası yeni okul**RÖLATIVISTLER,**- kim tutuyor**GÖRELILIK DOKTRINI.**Bununla ilgili sadece bir kelime bile ilgi çekici olabilir, çünkü bilim dünyasında oldukça heyecan yarattı. Bu, öncelikle, her şeyin olduğu anlamına gelir.*akraba,*ve siz hareket ederken ve diğer her şey hareket ederken, evrende sanki durağan bir gözlem noktası elde edebileceğimiz sabit hiçbir şey yoktur. Kullanılan benzetme, hareket halindeki bir gemide olduğunuzu ve birinin hareket eden başka bir gemide yürüdüğünü gözlemlemenizdir. onun hesabını yapamazsın*gerçek*hareket çünkü, teknelerin vb. tüm hareketlerine ek olarak, dünya kendi ekseni etrafında hareket ediyor ve dünyanın ekseni "yalpalıyor" ve dünya uzayda, güneşin etrafında belirli bir hızla hareket ediyor ,—saniyede yaklaşık ondokuz mil—ve tüm güneş sistemi—güneşimiz ve her şey—uzayda belirli bir hızla, uzaktaki bir yıldıza doğru ilerliyor; ve belki de tüm bunlar uzaya doğru ilerliyor; böylece "durağanlık" son noktasına asla ulaşamazsınız - evrendeki her şey hareket halindedir ve durum buyken, bu doktrin**GÖRELILIK**her şeyin olduğunu söylüyor*akraba.*Elbette doktrin hakkında söylenecek bundan çok daha fazlası var; ancak yukarıdakiler şimdiki amaçlarımıza hizmet edecektir.

Şimdi, bu eterin, modern bilime göre -Batı bilimine göre- ışık ışınlarını ileten tek bir eter (her ne ise) olduğu düşünülür; ve bu nedenle ona "ışıldayan" eter adı verilmiştir - çünkü "lümen" = ışık. Bununla birlikte, sesin aracılığıyla iletildiği düşünülmektedir.*hava,*ve ses, normal sıcaklık ve basınçlarda yayılırken, yalnızca yaklaşık 1.100*ayak*bir saniye, ışık elektrik hızında hareket eder,— 186.000*mil*bir saniye!

Hindular, çok sayıda eter olduğuna ve duyuların her biri için bir eter olduğuna inanırlar. Bu isimlere sahipler;**PARLAK ETER,**ışık iletmek;**SONORİFER ETER,**sesi iletmek için;**KESKIN ETER,**dokunma hissini iletmek için;**TATLI ETER,**tat alma duyusu için ve**KOKULU ETER,**koku alma duyusu için.

Havanın olmadığı bir boşlukta sesin iletilmediğini ve ısının iletilmediğini biliyoruz ve bu nedenle havanın ısı ve sesi ileten ortam olduğunu ve hiçbir eterin dokunma veya dokunma ile bağlantılı olmadığını düşünüyoruz. tatmak; ama Hindular*Yapmak,*ve bunları burada giremeyeceğimiz çeşitli ince teorilerle açıklıyorlar. Ancak bunlar**TATVALAR**veya**ETERLER**Hinduların inandığı bir tür temel, ilk Enerji olan "Büyük Nefes"in modifikasyonları olduğu düşünülür; ve bu üzerinde hareket eder**PRAKRITI.**Büyük Nefes beş akım halinde akar;**TATTVAS.**Bu tattvalar veya eterler farklı*şekiller.*Bunların bir kısmı üçgen, bir kısmı kare, bir kısmı ilmek şeklinde, bir kısmı fisto gibi, bir kısmı da başka şekiller alıyor. Ayrıca farklı hareketleri vardır.1

Avalon şöyle diyor: " Bireyin vücudundaki Prana, Evrensel Nefes'in veya 'Büyük Nefes'in bir parçasıdır. Bu nedenle, önce bireysel nefesi uyumlu hale getirmek için bir girişimde bulunulur. . . Kozmik veya kollektif nefes ile. . . . Güç ve sağlık böylece elde edilir. Uyumlaştırılmış nefesin düzenlenmesi, zihnin düzenlenmesine ve kararlılığına ve dolayısıyla konsantrasyona yardımcı olur." (*Yılan Gücü,*s. 212-13.)

Şimdi**PRANA,**ilgili bölümümüzde tartıştığımız**PRANATAMA,**enerjisi*bizim* bu evrenimizin yaşadığı tattvik veya eterik enerji durumu. Bunun evren boyunca kuzeye ve güneye, doğuya ve batıya uzanan akıntıları vardır ve ayrıca bunun akıntıları da vardır.**PRANA**vücutta. Bu akımlar, nefes egzersizlerimizde - egzersiz yaptığımızda - teneffüs edilir, nefes verilir ve vücutta dolaştırılır.**PRANAYAMA**; ve bunu özümsemeyi öğrenmeliyiz**PRANA,**onu tutun ve beden aracılığıyla ve özellikle bu enerjiyi canlandırma amaçları için kullanmak istediğimiz bedendeki belirli merkezlere gönderin.

Bu, Hinduların sahip olduğu (Kıskanılan ve üzerinde durulan) çok önemli bir noktadır ve*dönüm noktası*prananın veya enerjinin belirli merkezlere olan yönü. Prana'nın oturduğu yerin kalp ya da göğüs olduğu söylenir;

i Tattvaların her birinin özel işleyişi, mikro kozmosta kendi bireysel merkezinde yer alır.

kalpten tüm göğüs ve oradan tüm vücuda yayılır.

Hindu öğretileri hakkında, bu prana'nın bizim "sinirleri" kavradığımız şekliyle sinirler tarafından yayılıp yayılmadığına dair bir tür belirsizlik veya muğlaklık var gibi görünüyor; ama her halükarda onlar bu prana taşıyıcılarınaNADILER;ve daha sonra adı verilen bir şeye geleceğiz.NADANIN SESI,—ki bu çok gizemli!

İşte bunlarla ilgili doktrini gösteren bir Sanskrit yazardan bir alıntı:

"Kalpten Nadileri dallandırın. Bunlardan 101 asıl olan vardır. Bu dalların her biri 100'e ve bunların her biri yine 72.000'e ayrılır. Böylece 10.000 şube Nadi ve 727.200.000 daha küçük şube var. Geleceğimiz diğer ana Nadileri de hesaba katarsak toplam 727.210.201 tane var."

Bir bıçak alıp bir insan vücudunu parçalara ayırırsanız, bu "Nadileri" bulamazsınız; daha sonra geleceğimiz çeşitli merkezlerin hepsini bulamayacaksınız; ama burada unutulmamalı ki Hindular her zaman psişik bir ulus olarak kabul edilmişti, -psişik görüşe, - belli bir ölçüde durugörüye sahip olmalıydılar ve şöyle diyorlar: "Hayır. Bahsedilen bu konu,

bu psişik merkezler, bu kollara ayrılan nadiler,*astral*madde,—fiziksel madde değil; bu nedenle onları bir bıçak yardımıyla bulamazsınız; yine de varlar; onlar vücudun bir parçasıdır. "

Avalon şöyle diyor: "'Sinir' terimi varsayılan olarak kullanılıyor.
başka bir eşdeğer. Yoga-nadiler olarak adlandırılan bu Nadiler, fizyolojinin nadileri gibi kaba şeyler değil, yaşam gücünün bedenlerde çalıştığı ince çizgilerdir. . . . Tıp biliminin bildiği fiziksel sinirler, damarlar ve atardamarlar gibi bazıları kaba nadilerdir. Ancak . . . ince formlarda var olurlar ve daha sonra Yoga-nadiler olarak bilinirler. İkincisi, Pranik Enerjinin süptil kanalları olarak tanımlanabilir." (*Yılan Gücü,*sayfa 115; 130.)

Hindular tarafından yaşam süreçlerine muazzam bir önem atfedilir.*temizlik*uygun pranik nefes egzersizleri vb. ile Nadiler. Avalon'un dediği gibi:"Aylar
veya yıllar, Nadileri temizleme ön sürecinde harcanabilir.

Böylece, şimdi, psişik güçlerin gelişimiyle ilgili tüm Doğu doktrininin özüne ve köküne geliyoruz. Bu, yalnızca Sanskritçe verilen ve asla ayrıntılı olarak yazılmamış, ancak her zaman ustadan öğrenciye ağızdan ağza aktarılan çok gizli ve eski bir doktrine bağlıdır; Hindu okulunun tüm öğretilerinin en sırrıdır; bu doktriniKUNDALINI; ve bu kutsalın uyanışı üzerineKUNDALINI,veya tüm bu güçlerin bağlı olduğu gizli enerji.1

Bunun nasıl işlediğini anlamak için, bedenin içsel yapısını daha da iyi anlamamız gerekir. Omurganın iç kısmında -deyim yerindeyse kemik iliğinde- bir boru olduğu söylenir, içi boş bir boru, buna kemik denir.SUSHUMNA;ve bu sus-INSANkiKUNDALINIgeçer. buKUNDALINIkendisi üç buçuk olan bir yılanla sembolize edilir.

i Kundalini Yazısı, Mme. Blavatsky diyor*(Sessizliğin Sesi,*P. 12),*Ben(Kundalini*'Yılanlı' denir veya*halka şeklinde*güç, kendi içindeki gücü geliştiren münzevinin bedenindeki sarmal benzeri işleyişi veya ilerlemesi nedeniyledir. Bu bir elektrik ateşli okült veya*fohatik*güç, tüm organik ve inorganik maddelerin altında yatan bozulmamış büyük güç."bobinler. Buradan, omurgayı düz tutmanın önemini -Asana'dan bahsederken sık sık ısrar ettiğimiz gibi- bedensel duruş olarak anlayacaksınız.

Amaç, elbette, bu Kundalini'yi - bu ateş, yaşam yılanını uyandırmak ve onu - (yani enerjiyi) - vücudun belirli merkezleri aracılığıyla - birbiri ardına göndermek, yönlendirmek. dönüş. Vücuttaki bu merkezlere denir.ÇAKRALARveyaNILÜFERLERHindular nilüfere çok düşkündürler ve bunlarınÇAKRALARbelirli sayıda yaprakları olan lotus çiçeklerine benziyor; ve sıradan insanda bu psişik merkezler durağandır, yani hareketsizdir. Ayrıca çeşitli renklerdedirler.

Onların uyanışı veya canlanmasıyla birlikte,*basiret*Ve*basiret,*ve daha sonra sıralanacak

diğer psişik güçlerin sayısı. Uyandıklarında belli bir renk veya renklerde parlamaya ve aynı zamanda çıkrık gibi dönmeye başlayacaklardır.1 Bu Çakraların belli sayıda taç yaprağı vardır.

Bu taç yapraklardan bahsetmişken, Bay Avalon şunları söylüyor:

"Hint sisteminde, yaprakların toplam sayısı Sanskrit alfabesindeki harflerin sayısına karşılık gelir; ve belirli bir nilüferin taçyapraklarının sayısı, etrafındaki Nadilerin düzeniyle belirlenir. Bu taç yapraklar ayrıca ince ses güçleri taşır ve Sankrit alfabesinin harfleri gibi sayıları ellidir.. . . " (*Güç,*P. 43.)

Bay Arthur Avalon, Bay Lead- beater'ın bu görüşlerini eleştirdi ve bunların Tantraların geleneksel öğretileriyle uyuşmadığına işaret etti. (bkz: onun*Yılan Gücü,*s. 34r-38.)

Şimdi çok zor ve incelikli bir soruya geliyoruz - yani çeşitli nilüferlerin yaprakları üzerindeki sözde Sanskritçe "harfler" - "Harf Çelengi". Çakra çizimleri incelenirse, taçyaprakların üzerinde belirli Sanskritçe harflerin, yani her taç yaprağın üzerinde bir harfin bulunduğunu görürüz. (Merkezlerde ayrıca geometrik şekiller, hayvanlar vb. vardır - tamamen semboliktir.) Şimdi, bu harflerin gerçekten gerçek olması gerekmiyor.- *Orası,* Yaprakların üzerine fiziksel olarak yazılmış olmaları anlamında, çünkü gördüğümüz gibi, taçyaprakların kendileri bu anlamda fiziksel değildir. Harfler ve simgeledikleri sesler tamamen *simgesel;* ancak bu sembolizmin tam olarak ne anlama geldiğini keşfetmek genellikle son derece zordur. Arthur Avalon, çalışmasında, *Yılan Gücü,* çeşitli teorileri uzun uzadıya inceledi ve öğrenci ayrıntılar için kitabına yönlendirildi. Burada harflerin temsil ettiğinin söylenebileceğini söylemek yeterlidir. *güçler,* hangi güçlerin nilüferlerin nitelikleri olduğu ve bu güçlerin çakralarla bağlantılı Mantraları temsil eden harflerle temsil edildiği. "Yalnızca erkeklerin fikirlerini temsil ediyorlar."

Bu merkezler karşılık gelir *fiziksel bedende* başlıca sinir pleksuslarına -kardiyak, solar, vb.-, kaşlar arasındaki çakra ise beyindeki epifiz bezine karşılık gelir. Bununla birlikte, merkezlerin kendileri ne fiziksel ne de "fiziksel" bedende olmadıklarından, bu yazışmanın yalnızca sembolik olduğu vurgulanmalıdır.

Bu çakraların veya merkezlerin her zaman akılda tutulması gerekir. *fiziksel şeyler değil-* sık sık sanki öyleymiş gibi konuşulmasına rağmen. Bay Leadbeater, onların astral veya eterik maddeden oluştuğunu söylüyor.
geleneksel Hindu öğretileri ise bunların saf ve basit, neredeyse psişik merkezler olduğunu gösteriyor gibi görünmektedir. Böylece: "Nilüferler . . . üniversite merkezleri
yönlü bilinç. . . . Bu Çakralar farklı bilinç, canlılık ve Tattvik enerji merkezleridir. Beş alt Çakranın her biri, kaba bir Tattva'nın enerji merkezidir,—*yani,* tezahür eden bu Tattvik faaliyet biçiminin. . . mantıklı konu Altıncı, sübtil zihinsel Tattva'nın merkezidir.. . . "

bu *Birinci* **BUMULADHAEA ÇAKRA,** omurganın tabanında yer alır. Bu nilüferin dört yaprağı vardır ve burada Kundalini kıvrılarak üç buçuk sarmal halinde uyur. Kuyruğu - kutsal bir sembol - ağzındadır ve tapınağın girişinde hareketsiz durur. *Sus-humna,* ama uyanana kadar ona nüfuz etmez veya içinden yükselmez. Olduğu zaman, çeşitli Çakraları canlandırmak için Sushumna'dan veya omurgadan geçer. O zamana kadar hareketsiz kaldı.1

Şimdi, bu Sushumna'nın ya da tüpün her iki yanında iki tüp daha var. **IDA** VE **PINGALA,**— daha önce de söylediğim gibi, Sushumna tüpünün her iki yanında yer alır.

Mistik inancın varlığını kanıtlamak için çok şey söylendi ve yazıldı. **HAYAT AĞACI,** Yaratılış kitabında bahsedilen, bu Kundal'ini ile bağlantılıdır, çünkü o uyandığında, psişik güçlere sahip olursunuz ve bu, yaşam gücünün bu yanlış uyanışındaydı, bu olağanüstü enerji ve getirdiği bilgi - yanlış bir şekilde çağrılan biri tarafından uyandırıldı. **ADAM.**

Bu, Yılan efsanesini açıklar. **i Durgun durumda—yani, statik potansiyel enerji biçiminde.**
bu yılan ateşi, — Kundalini. Oryantal görüşe göre Tekvin efsanesinin tamamı, yalnızca Kundalini gücünün uyanışını simgelemenin bir yoludur.

İçinde *Le Compte de Gabalis* (mistik bir inceleme), Havva ve yılan alegorisini ve bunun Kundalini kuvvetiyle ilişkisini ele alan bir paragraftır:

"HAVVA VE YILAN ALEGORİ

Her insanın aurasında yarı gizli olan İlksel elektrik veya Güneş Gücü, Yunanlılar tarafından *resim,* yılan-bobin; ve Hindistan'ın kutsal yazıları olan Upanishad'larda, uyuyan bir yılan gibi kıvrıldığı söylenir. Yaratılış Kitabı'nın Üçüncü Bölümü'nde, 'Rab Tanrı'nın yarattığı kır hayvanlarından daha kurnaz' yılan olarak sembolize edilir. Havva, içinde bu güç harekete geçtiğinde, onun yanlış uygulanmasının cazibesine kapıldı. Nesil için alt fiziksel merkezler aracılığıyla aşağı doğru yönlendirilen, Tanrı'ya ve gelen ruha karşı sorumluluk bilinci tarafından kutsanmayan yılan gücü veya ateş, kötülüğün bilgisini getirdi; yenilenme, ölümsüz Güneş bedeninin oluşumu için beyin aracılığıyla yukarı doğru yönlendirilerek, İyi'nin bilgisini getirdi. Bu nedenle, güneş gücünün ikili işleyişi, iyiyi ve

kötüyü bilme Ağacı olarak sembolize edilir.

"Rab'bin laneti yılanın üzerine olsun. . . insan evriminin belirli bir döneminde, insanın, insan zihni tarafından yanlış yönetilen alt veya dünyevi araçlarında tezahür edecek olan yılanı yöneten yasadan (Güneş Gücü) habersiz kalacağı gerçeğine atıfta bulunur.

"Ve seninle kadın arasına ve senin soyunla onun soyunun arasına düşmanlık koyacağım; o senin başını ezecek, sen de onun topuğunu ezeceksin.' Yukarıda bahsedilen evrim döngüsü sırasında, Yılan Ateşini yöneten Yasa hakkındaki cehaleti nedeniyle, insan onu sürekli olarak aşağı doğru yönlendirecek veya başını ezecek, bu şekilde yanlış yönlendirilen yılan ateşi ise insanın topuğunu ezecek - topuk bunun için bir örtmecedir insanın dünyaya en yakın kısmı, yani beden, daha düşük duygular ve fani akıl. . . .

"Ve Rab dedi: İşte, adam iyiyi ve kötüyü bilmek için bizden biri oldu; ve şimdi elini uzatıp hayat ağacından almasın, yemesin ve sonsuza dek yaşamasın diye. . . .' Burada hayat ağacı, ölümsüz veya Güneş Bedeninin yaratılması için güneş enerjisinin yukarı doğru hareketini sembolize eder. Dolayısıyla bunun anlamı, insanın Güneş Gücünü yöneten yasayı öğrenmesi ve onu yukarı doğru yönlendirerek ölümsüzleşmesidir. . . "

Şimdi, bu enerji, bedendeki bu olağanüstü derecede temel enerji, yaratıcı enerjilerle, bedenin cinsiyet enerjileriyle çok yakından bağlantılıdır; Vücut bu enerji ile canlanır ve belirli amaçlar için kullanılır. Batı kilisemizin doktrini büyük ölçüde**ÇILECILIK,**ama eski öğretilerin sapkın bir görüşü tarafından çarpıtıldığını düşünüyorum. Bilginler Doğu'ya gittiler ve dikkate değer başarılar sergileyen bazı kutsal adamları gördüler. Bu adamların da olduğunu gördüler.**MÜNZEVI;**ve dediler: Ah! O bir münzevi! Bu harika şeyleri yapabilir. O kutsal bir adamdır. Dolayısıyla bunun sebebi çileciliktir." Ve öğrettiler. Ancak bu enerjinin belirli kanallara - psişik kanallara - yönlendirildiğini veya yönlendirildiğini algılayamadılar veya bilmiyorlardı ve eğer bu*dır-dir*yapıldığında çileciliğin bütün amacı kaybolur.1

Ya vücudun cinsel enerjilerini sağlıklı egzersizler ve faaliyetlerde kullanmalısınız,*veya*normal ifade kanallarında;*veya*bu psişik yollar aracılığıyla; ve eğer yaparsan*Olumsuz*onları bu üç yoldan herhangi biriyle genişletirseniz, o zaman tuhaf zihinsel ve fiziksel sıkıntılar, sapkınlıklar ve anormallikler vb. yaşarsınız. Ortaçağ çilecileri, tüm konu hakkında çarpık bir görüşe sahipti.

*bir teklif*Bu enerji hakkında sık sık düşündüğüm ilginç bir benzetme var; birçok spontan psişik vakada,—**HORTLAK**kolaylıklar diyoruz (belirgin bir sebep olmadan mobilyaların fırlatıldığı, çanların çalındığı ve tabakların kırıldığı vb.), neredeyse her zaman fenomenin yazarı on iki ila on beş yaşları arasında bir kız veya erkektir. Bu fenomenlerin kendiliğinden patlaması, eminim ki, bu tuhaf "dışsallaştırma" yöntemini bulan o sırada cinsel enerjilerin uyanmasıyla ilişkilidir. "

Örneğin: Geçen yüzyılın ortalarında Paris'te Angelique Cotton adında bir kız yaşıyordu.**ELEKTRIKLI KIZ**Evin içinde nereye giderse gitsin, mobilyalar onu takip ediyor ve devriliyordu; ve tabii ki aile yerel polisi aradı,

Avalon Diyorum*(Yılan Gücü*, P. 213) :"Güç,
cinsel isteğin etkisiyle gelişerek kaba tohum haline gelir, yukarı doğru akması sağlanır. . . . Bu güç yükselir ve Shiva-Shakti'nin nektarı olarak geri gelir. ... İnce bir enerji biçimi olarak tüketilir ve Prana ile birlikte Shiva'ya yükselir." Bu konu hakkında çok güzel şeyler var*Şiva Sanhita.*

polis soruşturma yaptı ve gösterileri durdurmaya çalıştı, —onu tehdit etti vs. Bununla birlikte, fenomen gelişti ve yaklaşık bir yıl boyunca np'yi korudu. Sonunda durdular ve onlardan başka bir şey duyulmadı. On vakadan dokuzunda, bunların kendiliğinden olduğunu göreceksiniz.**HORTLAK**vakalar o yaştaki gençlerle bağlantılı; ve eminim ki ikisi arasında kesin bir enerji bağlantısı vardır.1

geri gelmek için**MULADHARA**Muladhara'da omurganın dibindeki nilüfer veya çakranın - yedi:2'nin ilki- ayrıca bir zehir yayan dört taç yaprak arasında bir güneşi barındırdığı söylenir; ve bunun ölümlülüğün ya da ölümün güneş sıvısı olduğu söylenir; ve bu yukarı doğru akar ve sonunda sağ burun deliğine varır ve burada sol burun deliğine veya sol burun

deliğine giden ölümsüzlüğün ay sıvısıyla karışır.PINGALA; ve orada güneş ve ayı bir sembolizm biçiminde birleştirdik - birazdan başka bir çakrayı tartışırken geleceğiz.

Muladhara çakranın bedenin merkezi olduğu söylenir, bu anlamda bedenin merkezidir.*hemen göze çarpmayan*merkez - psişik ve ruhsal gücünün merkezi. Dört yaprağında, tabii ki, her bir yaprağında bir tane olmak üzere dört Sanskritçe harf vardır ve merkezinde bir Tattva biçimi veya eterik enerji vardır. Tüm çakralar gibi, içinden geçen Kundalini tarafından uyandırılana veya canlanana kadar baş aşağı asılı durur.

1 Elbette, psişik güç ve cinsel enerjiler arasındaki ilişkilerle ilgili çok sayıda okült bilgi mevcuttur; ancak öğrencinin bunu elde etmesi için çok ilerlemiş olması gerekir.

2 Avalon ve bazı Tantralar yedi değil altı Çakradan bahseder. Yedinci,*Sahasrara*, atlanır. Ancak bunun neden böyle olması gerektiğini anlamak zor ve böyle olması için geçerli bir neden göremiyorum. Bu nedenle, bu ciltte yedi Çakra veya merkezden bahsetmeye devam edeceğim.

yukarı doğru döndüğünde, güneşe bir çiçek gibi. Bu ve diğer tüm merkezler, hatırlanmalıdır ki, Sushumna'dır ve asıl bedende değildir. Ve Sushumna omurilikte - uzayda olduğu söylenebilecek kadar.

bu*ikinci*çakra denirSVADISTHANA ÇAKRA.Cinsel organın tabanında bulunur; altı yapraktan oluşur ve kan kırmızısıdır.

Bu nilüferin altı yaprağındaki altı harf "şimşek gibidir". Su, bu çakranın Tattva'sıdır. "Cinsel organın tabanında" yattığı söylense de, diğer tüm çakralar gibi, elbette Sushumna'dadır.

bu*üçüncü*çakraMANIPURA,ve vücudun merkezinde, solar pleksusun hemen altında bulunur; altın rengindedir; on, ya da bazen on iki (farklı otoritelere göre) taç yaprağı vardır veŞEHIR OPERASYON MÜCEVHERLERI.Bu merkez uyandığında, durugörü sahibi olursunuz. (A*önermek*Bu, çok ilginçtir ki birçok durugörü sahibi, bu çakranın bulunduğu yer olan "mide" veya solar pleksus ile görebildiklerini iddia etmektedir.) 1

Kundalini Shakti'yi Manipura merkezine yükselterek ateşin üzerinde güç elde edilebileceği söylenir ve Arthur Avalon, kitabında,*Yılan Gücü*(s. 104), sadece Mantra'nın gücüyle kendi evinde tutuşturulmuş bir ateş örneği verir. Öte yandan, ateşten bağışıklık - örneğin me-

i Lombroso, harflerin kendi deyimiyle "mide çukuruna" konulduğu ve okunduğu bazı durumlardan alıntı yaptı; ve tabii ki bu öğretiye göre bunun nedeni, kazara harekete geçen bu çakranın diğerlerinden bağımsız olarak bağımsız çalışmasıdır.

dium DD Home görünüşte keyif aldı!— Hindular tarafından Prana'yı göbekte Tejas Tattva ile birleştirme süreciyle açıklanır.

Manipura çakrasının "bir mücevher gibi parlak" olduğu söylenir ve "Lastik Lordu"nun oturduğu yerdir.

*Dördüncü,*bizde varANAHATA ÇAKRA,ki kalpte yer alır. Kan kırmızısıdır, on iki yaprağı vardır ve Prana'nın yeridir. Hinduların "Bu çakrayı uyandıran havada yürüyebilir" diye bir sözü vardır - yani havaya yükselmeyi deneyimler. Mistiklerin bu merkezi harekete geçirdikleri, dolayısıyla "havaya yükselme" yeteneklerinin olduğu varsayılır.

“Ses”in, yani Yaşamın Nabzının duyulduğu yer Anahata çakradadır. Bu merkezde "Tüm arzuları yerine getiren Ağaç" ve onun altında "Mücevherli sunak" bulunur. Bu çakra, Yoga gelişiminde kritik noktadır.

bu*beşinci*çakraVISHUDDHA ÇAKRA.Bu boğazda, gırtlağın hemen altında bulunur; altın rengindedir, on altı yaprağı vardır ve

AKASA TATTVA.

Vishuddha çakrasında, "büyük kurtuluşun kapısı" olan aydır. Burada "zamanın üç biçimi"nin algılandığı söylenir.

bu*altıncı*çakraAYNA,Hangi**dır-dir**kaşların arasında bulunur. Bunun epifiz beziyle bir bağlantısı vardır -bu konuya daha sonra gireceğiz. İki yaprağı vardır ve üç mistik ilkeye sahip olduğu varsayılır.

Ajna çakrada zihnin süptil Tattvaları bulunur. Bu merkez uyandıktan sonra, Yogi artık

güçlerini "aşağıdan" almak yerine "yukarıdan" alır. Artık bu dünyaya tabi değildir. Bu merkezde büyük mantra var**AUM.**Tersine çevrilmiş bir Yoni de burada yer almaktadır. Burada güneş, ay ve ateşin tattvaları buluşuyor. Yogi, bu merkez üzerinde meditasyon yaparak büyük psişik güçler kazanır. Yogi, ölürken bedeninden ayrılmadan önce Prana'sını buraya yerleştirir.

bu*yedinci*olan çakra**SAHASRARA ÇAKRA,**kutsal bin yapraklı nilüfer olarak bilinir. Bunun nerede olduğu konusunda Hindu öğrenciler arasında bazı görüş ayrılıkları var; ama genellikle beynin içinde ya da tamamen vücudun dışında bulunduğu söylenir; bu da size onların fizyolojilerinin bir anlamda fiziksel bedenlerinden ne kadar bağımsız olduğunu gösterir. "Aura" ile bağlantılıdır. Bu çakranın merkezinde bir**TONI,**yüzü aşağı bakıyor. Bu Yoni'nin merkezinde, sürekli olarak bir iksir veya "çiy" yayan mistik bir ay vardır. Ayın ölümsüzlük sıvısıdır ve İda'dan akar.1

Sahasrara çakranın 1000 yaprağı vardır.*Tümü*Sanskrit alfabesinin yirmi kez tekrarlanan harfleri. Burada Büyük Mutluluk elde edilir. Shiva'nın kendisi orada yaşıyor. Sahasrata'yı uyandıran Yogi artık reenkarnasyona tabi değildir - geçmiş Karma dışında her şeyden özgürdür. Yüce Işık buradadır - Yoga'nın nihai Hedefi.

ben Sarkar*(Kesin Bilimde Hindu Başarıları*, P. 60), altı alt çakranın vücuttaki altı hayati sempatik pleksusa karşılık geldiğini ileri sürmüştür; ve "yoga veya tefekkür, bu pleksusların işlevleri üzerinde kontrol anlamına gelir." Ayrıca, Hindu fizyolojisine göre "ruhun yeri içtedir.*brahmarandra*foramen Monro ve orta komissürün üstünde, ancak sushumna boyunca yukarı ve aşağı tüm beyin-omurilik eksenini kat ediyor.

Bu büyük veya büyük çakralara ek olarak, daha az öneme sahip bazı küçük çakralar da vardır. kısaca bahsedebilir*Lalana*damağın kökünde, Vishuddha'nın üzerinde yer alan on iki yapraklı kırmızı bir lotus olan çakra; the*Manas*belirli duyumlar, rüyalar ve halüsinasyonlarla yakından bağlantılı altı yapraklı çakra; the*soma*güçleri "iyi" olan on altı yapraklı çakra vb. Okuyucunun kafasını karıştırmamak için şimdi bu merkezlerle ilgili daha fazla ayrıntıya girmeme gerek yok. İlgilenen öğrenciler, Avalon's'ta kendileriyle ilgili birçok ek malzeme bulabilirler.*Yılan Gücü.*

Şimdi, Kundalini uyandıktan sonra, Sushumna'dan yukarı akar, tüm bu çeşitli merkezler veya çakralar boyunca fırlar ve döner, onları canlandırır, parlamalarına, dönmelerine neden olur ve eğer operasyon başarılı bir şekilde gerçekleştirilirse, siz gözlerinin önünde bir yıldız görmek, onun doğru bir şekilde uyandırıldığının işaretidir.1

Bay CW Leadbeater, bir veya iki şeyin ters gidebileceğini söylüyor. İlk etapta, bu çakraları zihninizde uyandırabilirsiniz.*yanlış*emir; o zaman başın belada! Ya da aşağı doğru dönebilir ve yalnızca kara büyücülerin bildiği üç alt çakrayı veya merkezi canlandırabilir.2

Bay Avalon'un işaret ettiği gibi, çakraların en aşağıdan yukarıya doğru olanlardan başka herhangi bir sırayla uyarılabileceği fikri, "özel çakraların yanlış anlaşılmasını" gösterir.

1 Avalon, "kaşların arasında bir ışık olarak tezahür eder" veya "keskin bir şimşek çakması şeklinde" diyor.

2 Bay Leadbeater'a göre. Bay Avalon, Yogiler tarafından bilinen "daha aşağı bir merkez" olmadığını iddia ediyor.*(Yılan Gücü*, P. 38.)Yoganın karakteri." Yolda Merkez 2'den geçmeden Kundalini'nin Merkez 3'ü uyandırması fizyolojik olarak imkansızdır, vb. Bu nedenle, her durumda, işlem en alt merkezden başlamalı ve sırayla her biri uyandırıldığı için yukarı doğru ilerlemelidir.

Kundalini, gırtlağa kadar yükseldikten sonra, boğaz denilen yerden geçer.**BRAHMAN DELİĞİ**; ve bu, Yoga işlevlerinde veya uygulamalarında çok önemli bir rol oynar. Kundalini buradan sağ tarafa geçer.**AYNA**nilüfer, sonra sol burun deliğine, burada**GANJ,-HIZLI AKAN GANJ,**veya**IDA.**Ters yönde bir değişiklikle Ajna'nın sol tarafına ve ardından sağ burun deliğine gider - oradan geçerek - adı verilen yere**PINGALA**; ve bu ikisi arasındaki boşluğa denir**BENARE,**— Kutsal Şehir.

Muhtemelen hepiniz Hinduların Ganj nehrine ve onun kıyısında yer alan kutsal şehir Benares'e ne kadar önem verdiklerini biliyorsunuzdur; ve bunun sadece tuhaf bir gelenek olduğunu düşünmüştün - kutsal bir nehir üzerine kurulmuş kutsal bir şehir. Ama bundan daha fazlası! Sadece Hindular tarafından bilinen ve oraya giden cahil misyonerler

tarafından bilinmeyen bu doktrin ile bağlantılıdır. Bunların hepsi tamamen okült bir doktrindir; ve Ganj - bu nehir - sonunda ortaya çıkan ve içlerinden ateşten bir nehir gibi akan gizli, kutsal enerjidir - bir enerji nehri.1

"Oryantalistler ve misyonerler, okültizm hakkında hiçbir şey bilmedikleri ve bunu bir hurafe olarak gördükleri için, Hint öğretisine ilişkin sunumları genellikle cahilce ve saçmadır."*(Yılan Poicer,*P. 105.)

Tabii ki, aslına bakarsanız, gerçek Ganj pis, kirli, mikrop bulaşmış bir nehirdir - her türlü hastalığa sahip yerlilerin yıkandığı ve daha sonra içtiği ve böylece veba ve diğer hastalıkların herkese yayıldığı. Hindistan üzerinde. bu*hakikat;*ama mesele şu ki, sembolik olarak bu okült doktrinle bağlantılıdır; ve tabii ki Hindular için bu nedenle çok kutsal bir nehirdir.

Tüm bu Hindu terminolojisinde çok fazla sembolizm var. Böylece, "Mücevherli Sunak", Anahata'nın altındaki sekiz yapraklı nilüferdedir; "Taşlar Adası" bir Kozmik Bilinç halidir^ veya Yüce Vecd halidir; sözde "Nektar Okyanusu" ise Sonsuz Bilincin Kendisidir.

Yogiler, sistem içinde bu şekilde üretilen bu değerli enerjiyi korumak için, Brahman Deliği'nden aşağı damlayan bu sıvının - bu "çiy"in- sürekli olarak damlamasını engellemeye çalışırlar. Arkadaki bu deliği dil ile kapatmaya çalışırlar; ve onların en büyük amacı, dili geriye doğru bükebilecek ve oraya sokabilecek şekilde eğitmektir; ve eğer bunu yaparlarsa ve bu girişi tıkarlarsa, o zaman büyük bir güç elde ettiklerini düşünürler. Ve Yogiler, dili uzatmak ve daha esnek hale getirmek için her türlü ilginç uygulamaları yaparlar - hatta altındaki ipliği kesmek ve her gün tuzla ovmak ve parmaklarıyla çekip çıkarmak - her türlü tuhaf uygulama. uzun yapmak için, geriye doğru bükebilsinler ve bu "Brahman Deliği"ne sıkıştırabilsinler diye; ve böylece bu kutsal enerjinin, bu “çiy”in damlamasını engeller. Bu vücutta kullanılır ve psişik merkezlerin uyanışına yöneliktir.

Bu şekilde korunan bu kutsal enerjilere denir.**OJALAR,**ve tüm enerjilerin en kutsalı oldukları varsayılır.

Öte yandan, zihin gücü yogi tarafından adı altında yoğunlaştırılır.*Vogabala*ve Doğu Kara Büyüsünde bu, rezil olanın ateşle yaptığı ritüele göre en alt merkezde yoğunlaşmıştır.-

cinsel halüsinasyonlara neden olmanın sonucu. Sözde beyaz veya medyum büyüsünde, enerji merkezi maddeleşme fenomeni için üçüncü merkez (göbek) ve duruişiti için beşinci veya boğazın dibindedir. Altıncıya ulaşabilenler, astral yolculuğun gücüne sahip çıkarlar.

Şimdi, Kundalini'yi uyandırmak ve onun düzgün bir şekilde "performans" yapmasını sağlamak için, belli başlı şeylerle başlamanız gerekir.**MUDRALAR,**çeşitli egzersizlerin bir kombinasyonu olan, yani,**ASANA**Ve**PRANAYAMA,**tüm zihinsel egzersizlerle birleştiğinde. Ve çeşitli var**MUDRALAR.**Onlar denir**YONI MUDRA,**the
MAH A MUDRA,the**MAHA BANDHA,**the**MAHA VEDHA,**the**MULA MUDRA,**the**KHECARI,**the**VAJROLI MUDRA**(Hangi
sonuncusunun en gizli ve en kutsal olduğu söylenir) ve diğerleri.

Bunlar**MUDRALAR**- bacakların ve ayakların ve ellerin ve kolların ve başın ve vücudun tüm bölümlerinin belirli bir pozisyonda olduğu belirli fiziksel duruşların, sıklıkla mantralar veya ilahilerle birleştirilen ve tabii ki yoğun nefes egzersizlerinin bir kombinasyonundan oluşur. merkezlerin bulunduğu noktalarda meditasyon ve konsantrasyon. Nefes psişik enerjiyi veya pranayı alır. Tutum, vücudun belirli noktalarına gönderilmesini kolaylaştırır; ve sonra irade ile bu prana belirli bir nokta veya noktaya, "çakralardan birine" yönlendirilir, ta ki canlanana ve uyandırılana kadar, parlamaya başladığında dönmeye başlar ve siz o çakrayı uyandırmış olursunuz. Kundalini gücünün veya kuvvetinin eylemiyle.

Bunlardan sadece bir veya iki tanesine bir örnek**MUDRALAR.**(I) Bakışları Ajna'ya, gözlerinin arasına, dil epiglotta sıkışmış halde sabitle. Ardından boğazı kasın ve çeneyi memeye bastırın. (II) Sol ayak bileğinizin üzerine oturun; sağ bacağını uzat ve elinle ayak parmaklarını tut. Boğazı kasın ve çeneyi memeye sıkıca bastırın. Şimdi, nefesi Sushumna'dan çekin. Nefes mümkün olduğu kadar uzun süre tutulduktan sonra çok yavaş

bir şekilde nefes verilmelidir (Prana'yı harcamamak için).

kutlananYonimudra,Yogi parmaklarıyla gözleri, kulakları, burun deliklerini ve ağzı kapatır. Daha sonra dudakları bir karga gagası şeklini almaya zorlar ve sırayla çakralara konsantre olarak nefes alır.

*ShaJctichcUana Mu dr a*Sushumna'da özel bir ses duyulana kadar rektal kasların kasılmasıyla yapılır. Bu genellikle Yoni-mudra'nın başlangıcıdır.

bu*Khechari Mudra*daha önce anlatıldığı gibi, zihin Ajna'ya sabitlenmiş halde dili boğazın içine geri döndürmekten ibarettir.

Sözde*Bandha*gerçekten "bağlar"dır ve Prana'yı kontrol etmenin belirli fiziksel yöntemlerini temsil eder. Bu süreçlerin bir kısmı uzun uzadıya açıklanmıştır.*Yılan Gücü,*daha fazla bilgi için okuyucunun yönlendirildiği yer.

Bu Mudralar, o halde, eğer uygulanırsa, Kunda-'yı uyandırır.**lini, çakraları uyandırır ve onlar uyanıp uyandırıldıkça bazı psişik güçler ortaya çıkar, örneğin:**

ANIMASYON,ki bu kendini bir atomla özümseme gücüdür. Veya-

MAHIMA,kendini uzayda genişletme gücü olan; veya-

LAHIMA,yerçekimini azaltma veya "havaya kaldırma" gücü olan; veya-

GURIMAbu kişinin ağırlığını artırma gücüdür - görünüşe göre yerçekimine katkıda bulunur; veya-

PRAPTI,anlık seyahatin gücü, yani,''astral seyahat" dediğimiz gibi burada; veya-**TATLIM,**anlık farkındalığın gücü olan; karşı konulamaz bir irade; veya-

İSHITA,ki düşünce ile yaratma gücüdür; veya-

YAŞITA,bu, varlıklar, hayvanlar ve madde tarafından emretme ve onlara itaat edilme gücüdür - böylece kişi nesneleri temas etmeden hareket ettirebilir.

Tüm bunlar, elbette, Kundalini'nin uyanışına bağlıdır; bu güçler sadece onun yan dallarıdır.

Elbette, bu çeşitli merkezlerin veya çakraların çok çarpıcı bir şekilde çeşitli sinir pleksuslarına -kardiyak, solar, lomber, epigastrik, serebral, vb.- tekabül ettiği belirtilmiştir. Bu çok çarpıcı bir gerçektir. Ancak şurası asla gözden kaçırılmamalıdır ki, bunlar olurken-*analoji*veya*yazışma*mevcut olabilir, merkezlerin kendileri bulunmaz*içinde*bu çeşitli bedensel pleksuslar,*ama Sushumna'da*,—bir noktada
onlara cevap vermek. Arthur Avalon, çalışmasında buna dikkat çeker ve bunun üzerinde defalarca ısrar eder,*Yılan Gücü.*Diyor ki: "Burada, omurgada
Pranashakti'nin son derece ince yaşamsal merkezleri ve bilinç merkezleri olarak var olurlar." Tantralardan biri de nilüferlerin Sushumna'ya ipteki boncuklar gibi dizilmiş olduğundan söz eder. Bu nedenle, nilüferlerin vücudun bu merkezlerinde "içinde" olduğundan söz ederken, dilin bu anlamı veya sembolik yorumu her zaman akılda tutulmalıdır.

Şimdi, bu Kundalini kuvvetinin, omurganın tabanında var olduğu şekliyle, üç boyutlu bir dünyada, yani içinde yaşadığımıza benzer bir dünyada yaşadığı varsayılmaktadır; ama Sushumna'ya girdiğinde, bildiğimiz şekliyle belirli bir "boşluk"a girmesine rağmen, bir-*dördüncü*boyutlu uzay. Görünüşe göre bu çok ilginç bir çelişki; ama bu noktayla bir ilgisi varmış gibi görünen garip bir biyolojik benzetme var; ve bu. Bilimin en büyük "mucizelerinden" biri, vücudun beslenmesidir - bir patatesin veya ortalıkta dolaşan bir tavuğun - veya bir havucun veya bir dilim ekmeğin - nasıl olup da küçük Mary Jones olabileceğidir.*Yarın*,— bir şekilde olabilir*dönüştü*küçük Mary Jones, onun canlı vücudunun bir parçası. Bunun mucizesi—*hoivf*Biliyoruz ki bu süreç*metabolizma,*veya besin değişimi ve hücre büyümesi vücutta her zaman devam eder. Vücuda besin olarak sağlanan bu maddeyi ne hale getirir?*canlı*,—canlı vücudun bir parçası mı? bilmiyoruz ama biz*Yapmak*şunu bilin ki, bir hücrenin merkezini yüksek güçlü bir mikroskopla incelerseniz, hücrenin dışından merkeze ve sonra tekrar dışarı doğru, bir elips şeklinde çifte bir malzeme akışı varmış gibi görünür. ; hücrenin dışından -bu mesele- pabulum veya besin olarak başlar; merkeze

ulaştığını ve bu merkezde bazı değişikliklerin meydana geldiğini ve bu sayede*yaşamak*.Geri giderken, olur*vücut*.Bu "merkezde" bir enerji kaynağı var gibi görünüyor - hiçbir yerden fışkıran, bir çeşme gibi sürekli, fark edilebilir bir kaynaktan gelmeyen ve yine de her zaman mevcut olan; ve maddeyi canlandıran bu enerjidir. Uzayın "içinde" ve yine de uzaysız gibi görünüyor. "Hiçbir yerden" gelir.

'Yabancı maddeyi ele geçirmek, dışa yönelik bir faaliyettir, asimilasyon ise içe yönelik bir faaliyet veya geri dönüş akımıdır; hücre bölünmesi ve çoğalması dışa yönelik bir işlemdir, eo-ordinatioji içe yöneliktir vb. . . . Bu dışarı akış ve içeri akış, yaygın bir Tantrik kavramıdır. (Avalon, s, 278.)

O halde, ilginç bir biyolojik fenomen ile Kundalini kuvveti arasında bir benzetme olduğunu görüyorsunuz.*içinde*üç boyutun, Sushumna'ya geçerken dörde girdiği söylenir.

Tam burada bir yandan dördüncü boyut doktrini ile karşılaşıyoruz; ve öte yandan, Kundalini'yi uyandırmanın daha pratik yolları - kullanılan özel yöntemler; her iki konu da bir sonraki bölümde ele alınacaktır.

BÖLÜM VIII

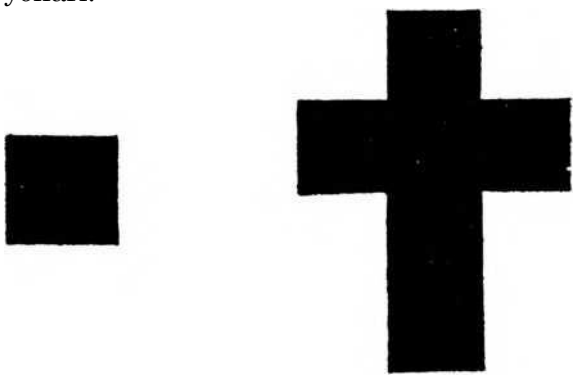
KUNDAUNI (DEVAM) "DÖRDÜNCÜ BOYUT" VB.

BUSon bölüm, Kundalini gücünün, omurgadaki pasaja girdiğinde, —olarak adlandırılır*Sushumna*,—dördüncü boyutlu bir faaliyet alanına girer; ve bu dördüncü boyut küresinin bir tür ruhsal küre olduğunu bulacağız, her ne kadar belli bir anlamda*içinde*üç boyut da. Bu dördüncü boyut, Hindu edebiyatında olduğu kadar kendi psişik literatürümüzde de büyük ölçüde yer aldığından, sanıyorum ki, bu dördüncü boyut*dördüncü boyut*gerçekten daha ileri gitmeden önce.1

Bir nokta alırsanız, bu nokta Öklid tarafından "Parçası ve büyüklüğü olmayan" olarak tanımlanır. Çok küçük bir hareket noktası olduğu varsayılır ve kendi içinde yer kaplamaz. Şimdi, belirli bir yönde hareket eden bu nokta, bir çizgi oluşturur - bir çizginin "bir uçta dizilmiş bir dizi nokta" olduğu söylenir.*'-bir*yön,*bir*boyut. (Yön, tam anlamıyla bir boyuttur.) Aynı noktadan, birinciye dik açı yapan başka bir çizgi çizerseniz, bir saniyeniz olur.

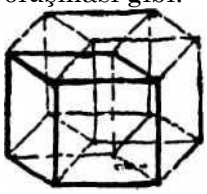
Bundan sonraki yazılarda sadece teorileri veya öğretileri -kendi görüşlerimi değil- belirttiğimi bir kez daha vurgulamalıyım. Dördüncü Boyut teorisinin eleştirel bir tartışması için okuyucu, Kobert T. Browne'nin kitabına yönlendirilir,*Uzayın Gizemi.*

yön veya boyut,—*iki*boyutlar. Ve bir var*üçüncü*o noktadan geçen diğer iki noktaya dik açıyla bir çizgi çizebilmenin yolu, bu da dik açıdır.*kağıda veya tahtaya*,— çünkü düz bir yüzeyde veya iki boyutlu bir yüzeyde çizgi çizemezsiniz*Açık*BT. Bu üç yön, geometriye göre,*sadece*üç boyut vardır—belirli bir noktadan geçen diğer doğrulara dik açıda bir çizgi çizmenin tek yolları.



Bir kare alın—iki boyut, uzunluk ve genişlik. Üçüncü bir boyut eklerseniz,*yani.,*yükseklikte, kendisine dik açılarla hareket ederek oluşturulan üç boyutlu bir küpünüz var.1 Şimdi, içinde hareket etmek mümkün olmalı*bazı*bu üçüne dik açılarda yön, bir içine*dördüncü*boyut; aynı şekilde ikinci boyut birinciye dik açıda, üçüncü boyut ikinciye dik açıda, dördüncü boyut üçüncüye dik açıda olmalı! Teorik olarak, tıpkı geleneksel üç boyut olduğu gibi, dördüncü bir boyut da olmalıdır.**i Açıldığında küp -çok ilginç bir şekilde- Haç olur.**

Cebirde dördüncü bir boyutu “yaratmanın” kolay olduğunu biliyoruz. X-1, birinci boyut, X-2, X-3 vb. yazabiliriz ve X-4 veya Xn'yi (n'inciye) yazmak, diğer herhangi bir sayı veya kuvveti yazmak kadar kolaydır. Matematikte dört boyutla veya herhangi bir sayıda boyutla ilgilenebiliriz, ancak geometride bunu yapmak zordur. Kendisine dik açıyla hareket eden bir kare, bir küp oluşturur ve bu küp, kendisine dik açıyla hareket ederek bir küp oluşturur.*aşırı katı*veya*tesseract*, — dördüncü boyutlu bir şekildir — küpün hareketiyle üretilir, tıpkı bir küpün bir karenin hareketinden veya karenin bir çizginin hareketinden oluşması gibi.



Her bir yüksek alan, bir alt alandan üretilir; ve bir "tesseract"ın sahip olması gerekenleri tam olarak hesapladık. On altı köşesi, otuz iki kenarı, yirmi dört kare yüzü ve sekiz sınırlayıcı küpü olmalıdır; ve bu bağlamda, dördüncü boyutun geometrisinin o kadar doğru bir şekilde işlendiğini belirtmek ilginç olabilir ki, Prof. Manning'in "Dört Boyut Geometrisi" ile ilgili ve açıklayan büyük bir kitabı var. çok detaylı.

Muhtemelen dördüncü boyut ile durugörü arasındaki bağlantı hakkında çok şey duymuşsunuzdur. Durugörü gücü (belirli bir tür durugörü), katı bir nesnenin içini görmenizi sağlar. Örneğin birisi size bir kutu getirir ve "İçinde ne var?" diye sorar. Bir kahin söyleyebilir. "Nasıl? Her yönden mühürlenmiş bir kutunun veya herhangi bir şeyin içini görmek imkansızdır." Bunun nasıl mümkün olduğunu benzetme yoluyla anlatabiliriz.

Bir kağıt parçasının iki boyutu olan düz bir dünya olduğunu varsayalım - düz bir yüzey; ve bu iki boyutlu dünyada yaşayan varlıkların yükseklik veya üçüncü boyut hakkında hiçbir şey bilmedikleri - sadece uzunluk ve genişlik; onlar iki boyutlu varlıklardır; onların bilincine üçüncü bir boyut giremezdi. Bu kare—"A" onların odasıdır;

A.

3.

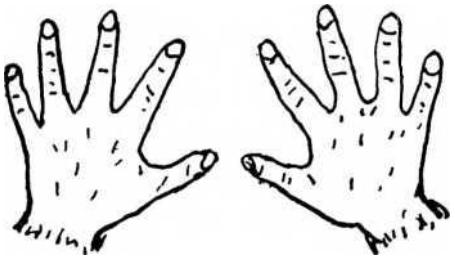
ve içinde bir birey yaşayacaktı. Meydanın dışındaki başka bir kişi, B, girmesi için yapılmış bir kapı olmadıkça içeriyi asla göremezdi, çünkü o kişiyi yüksek bir yerden asla göremezdi; çünkü onun için üçüncü bir boşluk yoktur. Ancak*w*Bu "kişiyi" yukarıdan ona bakarak görebilir, - iki boyutlu varlık için kapalı bir alan olan - hermetik olarak kapatılmış bir odanın içi.*Biz*o kişiyi dışarıdan görebilir, çünkü*Biz*ona yukarıdan bakabilir, onu üçüncü boyutlu bir bakış açısıyla görebilir.

Benzetmeyi daha açık hale getirmek için, halkaları bir kutunun içinde görüyorum çünkü onlara yukarıdan "aşağıya" bakıyorum; ama bu yükseklikten ya da boşluktan onlara bakamazsam onları asla göremezdim. Benzer şekilde, dördüncü boyuttan biri, var olanın içini görebilir.*bize*kapalı bir alan veya oda veya kutu. Aynı şekilde*Biz*üçüncüden iki boyutlu bir uzaya bakın, dördüncü boyut varlığı üçüncüdeki (bizim için) hermetik olarak mühürlenmiş bir odayı görebilir.

Dördüncü boyutla bağlantılı pek çok ilginç gerçeği gösterebiliriz. Üçgen şeklinde kesilmiş iki kağıt alın (diyelim). Şimdi bu üçgenleri ne kadar hareket ettirirseniz ettirin uzayda çakıştıramazsınız. Hangi "açıyı" alırlarsa alsınlar, onları çakıştıramazsınız. Ama eğer onlardan birini alırsan ve*ters çevir*uzayda - ve yerleştirin*üzerine*ikincisi, tesadüfü anlarsın çünkü onu üçüncü bir boyuta taşırsın.

Solak bir eldiven al. Nasıl çevirirseniz çevirin, ondan sağ elini kullanan bir eldiven yapamazsınız. Yine de bu eldivenin içini dışına çevirebilir ve ondan sağ elini kullanan bir eldiven yapabilirsiniz. Teorik olarak, eldiveni üçte ters çevirdiğiniz gibi, içi boş bir lastik topu dördüncü boyutta yırtmadan tersyüz etmek mümkündür.

İşte çok ilginç bir gerçek daha. Bir parça ip al. Düz veya iki boyutlu bir yüzeyde tutulduğu sürece gerçek bir düğüm atmanın imkansız olduğunu göreceksiniz. İpe düğüm atmak için bir ucunu diğer ucunu yukarı kaldırmanız gerekir ve bu onu üçüncü boyuta almaktır ki buna hakkınız yok! olduğu sürece*düz,*iki boyutta tutulursa, hiçbir ipe düğüm atamazsınız.



Leipsic'ten Prof. Zöllner, bir kordonun uçlarını masasının üzerine yapıştırdı, halat düğümsüzdü; ışıklar söndürüldü ve medyum Slade'in huzurunda, kordonda bir dizi

düğümün bağlı olduğu bulundu - kordonun iki ucu kapalı olduğu sürece bunu açıklamak imkansızdı. .

Bizim alanımızda, bir ipin iki ucunu tuttuğunuzda ipte gerçek bir düğüm atamazsınız. Bir ilmek bağlayabilirsiniz, ancak bizim istediğimiz bu değil. Uçları tutulduğunda herhangi bir ip parçasına gerçek bir düğüm atamazsınız. Ancak Zöllner, "bu mümkün*ruh*,—dördüncü boyut varlığı olarak,—o ipi dördüncü boyuta almak ve bir şekilde onu ters çevirmek ve içinde bir düğüm oluşturmak,—hemen hemen aynı şekilde*Biz*bu ipi bağlarken üçüncü boyuta kaldırarak düğüm atabilir. Ünlü eserini büyük ölçüde bu deneylere dayanarak yazdı.*Transandantal Fizik.*

Eğer bu dördüncü boyut gerçekten varsa, başka bir boyuttan daha yüksek bir bakış açısına ulaşmamıza izin vereceği için birçok psişik gerçeği açıklamamıza olanak tanır ve bu da bizim dünyamıza yukarıdan bakmamızı sağlar. daha yüksek bir zihin durumu, - aynı şekilde*Biz*daha yüksek bir bilinç düzleminden iki boyutlu bir dünyaya bakabilir ve içinde ne olduğunu görebilir; bu şekilde, durugörü tanısını açıklayabiliriz.

Bir kahin bir insana bakıp “Karaciğeriniz bozuk!” diyebilir. Vücudun içine nasıl bakıyor? Dördüncü boyut görüşü!

Bu bağlantıda bir nokta daha var ki o da
A.fil.
ilginç. Az önce bir eldivenin ters çevrilerek sağ eldivenden solak eldivene çevrilebileceğini gördünüz. "Astral dünya"nın bir anlamda dördüncü boyut dünyası olduğu ve bu dünyanın sahip olduğu özelliklere sahip olduğu söylenir. Aynı zamanda bir ayna dünyasıdır. Bir aynaya bakın; önünde dururuz ve görüntümüzü yansıtır ama sağ ve sol eller terstir ve yansımada vücudun tüm hareketleri terstir. Bir cismin aynanın bu tarafında olduğu mesafe, aynanın diğer tarafında da aynı mesafe gibi görünür. “635”i aynaya kadar tutarsanız “536” görünür. Bazen otomatik olarak üretilen “Ayna Yazısı”nı elde ettiyseniz, okunabilmesi için aynaya doğru tutulması gerekir.

İçinde*Görünümlü cam aracılığıyla,*Alice aynanın içinden geçti ve kendini aynalı bir dünyada buldu; ve her şeyin tersten yapıldığını gördü. Sağa yürümek istiyorsa, olabildiğince hızlı bir şekilde sola koşarak başlamalıydı ve çok geçmeden kendini sağda, olmak istediği yerde buldu! Her şey tuhaf bir şekilde tersine dönmüştü - tıpkı her şeyin bir ayna dünyasında olması gibi.

Bay Steiner bize astral dünyanın, ki bazı esaslarda aynalı bir dünya olduğu söylenebilir (siz onu "okumayı" öğrenene kadar) geriye doğru yorumlanması gerektiğini bildirdi. Dördüncü boyutla bağlantılı olarak ortaya çıkarılabilecek birçok ilginç gerçek var. Ancak şu anki amaçlarımız için, yalnızca bunun psişik fenomenlerle belirgin bir ilişkisi olduğu noktasını ortaya çıkarmak istiyorum, çünkü bu, dördüncüsü olmadan tam olarak anlayamayacağımız - durugörü gibi - belirli güçleri tanımlamamızı sağlıyor. boyutsal alan veya faaliyet alanı.

Elbette dördüncü boyutla ilgili başka teoriler de var;*Zaman,*Bay HG Wells'in öne sürdüğü gibi; Öte yandan, zamanın dört boyutlu değil, tek boyutlu olduğu, sadece uzunluğu olduğu, başka hiçbir şeyi olmadığı itirazı yapılmıştır!1

[1]Ancak Einstein, Relativite teorisinde bu fikri yeniden canlandırmış ve ona ek bir inandırıcılık kazandırmıştır. (Görmek*Newton'dan Einstein'a,*yazan B. Harrow, s. 63), vb.

Teori şu şekilde geliştirildi:*hayat*dördüncü boyuta ait bir şeydir ve öyledir - geçer *başından sonuna kadar*çeşitli derecelerde ve aşamalarda tezahür eden madde dünyası; yani dördüncü boyuta ait bir aktivite; çünkü daha yüksek bir varlık alanından gelir ve bu nedenle kendisini farklı derecelerde gösterir.

Bir üçgen alır ve onu bir düzlemden veya düz bir yüzeyden geçirirseniz, içinden geçerken o üçgenin iki boyutlu bir varlığa tezahür ettireceği farklı “nitelikleri” görürsünüz; büyüyecek ve büyüyecek, sonra küçülüp küçülecek, ta ki sonunda yok olana kadar.

Şimdi, bu hayat gibi. Çok küçük bir noktadan başlayıp, olgunluğa kadar genişliği ve

gücü artar, sonra yavaş yavaş küçülür ve sonunda söner. Ama "hiçliğe" gitmedi; hala dördüncü boyuttadır. Böylece dördüncü boyut şu şekilde tanımlanmıştır:*"İçtenlikle*"- geçen şey*başından sonuna kadar*bir uçak ya da dünyamız gibi belirli bir düz etkinlik filmi. Harvard Üniversitesi'ndeki dersinde William James Sides tarafından verilen tanım buydu. Dördüncü boyutu şu şekilde tanımlamıştır:*"İçtenlikle."*

Şimdi bunu Yoga Felsefemize uygulayalım. Kundalini gücünün Sushumna'ya geçtiğinde, "zihinsel" bir dünyaya, bu dördüncü boyut dünyasına girdiği söylenir; ve var olmasına rağmen*içinde*üç boyutlu dünya, bir anlamda (kesinlikle üç boyutlu bir bedenle bağlantılı olduğu sürece), faaliyetleri duyu üstü, fizik üstü veya dördüncü boyutludur; ve tabii ki çakralar, daha önce de söylediğim gibi, yaşamsal maddelerden oluşur.

Bu noktadan bahseden Avalon şöyle diyor: "Onlar (çakralar), yalnızca Yogiler için dolaysız algı nesneleri olabilir. . . . Omurilikte süptil, hayati ve bilinçli merkezler olarak bir Yogi'nin görüşü dışında kimse tarafından görülemeyen gerçek çakralar. . . . Yogi, zihinsel gözüyle (ajna) çakraları 'görür'.. . . " (s. 80, 177.)

O halde bu Kundalini gücünün, Sushumna'yı geçtikten ve sırayla çeşitli çakraları veya psişik merkezleri uyandırdıktan sonra, bir*Yeni Evren*Bilgi varlığı dediği anlamda faaliyetin. O zamana kadar var olmayan yeni bir dünyayı devreye sokar, harekete geçirir; bu bir anlamda, madde ve ruhun çiftleşmesi veya birleşmesi yoluyla bir evrenin "yaratılması"dır - ve bu, sembolik olarak Evren olarak adlandırılan şeydir.*göksel* o Kundalini'nin uyandırılması ve maddi dünyamız üzerindeki etkisi.1

Pratik kısma geldiğimizde,*yani, bu Kundalini gücü nasıl uyandırılır,*- denilen bazı uygulamaların olduğunu gördük.*Mudralar,*belirli bir bedensel pozisyon almaktan ibaret olan,*Asana;*alıştırma yapmak*Pra- nayama,*- mümkün olduğunca ritim, uyum ve denge elde etmek ve kesinlikle vücuttaki belirli merkezlere odaklanmak - bu merkezler çakralardır. Bu yapıldığında, Kundalini gücü uyanır, çakraları canlandırır ve tüm bunlara sahip olursunuz.

i Profesör Mukhyopadhyaya, Çakraların bir tür psişik güç tarafından dolaylı olarak uyandırıldığını öne sürdü.*indüksiyon*- ama böyle olduğunu varsaymak için geçerli bir neden göremiyorum.

*Siddhiler,*veya uyandıkça kendiliğinden gelen psişik güçler.1

Swami Vivekananda, Kundalini'nin uyanışıyla ilgili olarak,*Raja Yog*diyor:

"Bu ilk nefesi birkaç gün çalıştıktan sonra, daha yüksek bir nefes alırsınız. Akciğerleri yavaşça nefesle doldurun.*Ida,*sol burun deliği ve aynı zamanda zihni sinir akımı üzerinde yoğunlaştırın. Sanki sinir akımını omurilikten aşağı gönderiyorsunuz ve Kundalini'nin merkezi olan üçgen şeklindeki temel nilüfer olan son pleksusa şiddetli bir şekilde vuruyorsunuz. Ardından akımı bir süre orada tutun. Bu sinir akımını nefesle diğer taraftan yavaşça çektiğinizi, ardından yavaşça sağ burun deliğinden dışarı attığınızı hayal edin. Bunu uygulamakta biraz zorlanacaksınız. En kolay yol başparmağınızla sağ burun deliğini durdurmak ve ardından soldan yavaşça nefes almaktır; sonra başparmağınız ve işaret parmağınızla her iki burun deliğinizi kapatın ve bu akımı aşağıya gönderdiğinizi ve burnunuzun tabanına vurduğunuzu hayal edin.*sushumna;*sonra baş parmağınızı çıkarın ve nefesi sağ burun deliğinden verin. Sonra, diğerini işaret parmağınızla kapalı tutarak o burun deliğinden yavaşça nefes alın; sonra daha önce olduğu gibi ikisini de kapatın. ... Dört saniye ile başlamak ve yavaş yavaş artırmak iyidir. Dört saniyede çizin, on altı saniyede tutun ve sekiz saniyede atın. Bu bir yapar*Pranayama.*-de

[1]Vedalarda şöyle denir: "Nasıl herhangi bir Siddhi olabilir? (psişik güçler) kendi vücudundaki altı çakrayı, on altı adharayı, beş Eter'i ve üç Laksha'yı bilmeyen için mi?"aynı zamanda üçgeni düşünün; zihnini o merkeze odakla. Hayal gücü size çok yardımcı olabilir. . . . Bir sonraki nefes, nefesi yavaşça içeri çekmek ve ardından hemen yavaşça dışarı vermek ve ardından aynı sayıları kullanarak nefesi durdurmaktır. Tek fark, ilk durumda nefesin tutulması ve ikinci durumda tutulmasıdır. Sonuncusu daha kolay olanıdır. Nefesi ciğerlerde tuttuğunuz nefes çok fazla uygulanmamalıdır. . . . Bir gün çok çalışırsan, Kundalini uyanacak. "1

Şimdi, pratik yaparken*pranayama,*ve Kundalini'yi uyandırmak için gerekli

konsantrasyon, belirli güçler gelişmeye başlayacak - belirli fenomenler gözlemlenmeye başlayacak. Bunlardan biri, fark edeceğiniz tuhaf iç sestir; buna denir*Nada'nın Sesi.*Hindular, bu kutsal "Nada'nın Sesi"nin içsel olarak duyulduğunu iddia ederler; "Sessizliğin Sesi" veya "Sessiz Ses" - hakkında çok şey yazıldı ve çok fazla gizem yaratıldı. Bu ses, ya da dışarıdan biri için sessiz olan, ancak kişinin kendisi tarafından açıkça duyulan bu sestir.

HB Blavatsky diyor (içinde*Sessizliğin Sesi):*

Nada'nın Sesini, 'Sessiz Ses'i/ duyan ve onu kavrayan, na-

Tanıdık Merkür Caduceus'unun Kundalini'nin sembolik bir patlaması olduğu söylenir; merkezi çubuk, Ida ve Pingala tarafından iç içe geçmiş Sushumna'dır; üstteki iki kanat Ajna Çakranın iki lobu veya taç yaprağıdır, çubuğun tepesindeki küçük top ise epifiz bezidir.

doğası *Dharana....* ne zaman kendisine formu ap

rüyalarda gördüğümüz tüm formların uyandığında yaptığı gibi armutlar gerçek dışıdır; sesini duymayı bıraktığında*birçok,*o fark edebilir**BIR**-dış sesi öldüren iç ses. . . . Çünkü o zaman ruh işitir ve hatırlar. . . . Ve sonra iç kulağa konuşacak**SES OP SESSIZLIK**.. . . Ve şimdi senin içinde kayboldu**ÖZ,**—*kendin*üzerine**KENDIN,**—bununla birleştiözilk yaydığın yerden. . . . Seyretmek! Işık oldun, Ses oldun, senin Efendin ve Tanrınsın. sen sanat**"KENDIN"**aramanızın nesnesi; the**SES**kesintisiz, sonsuzluklar boyunca yankılanan, - değişimden muaf, günahtan muaf, yedi ses bir arada,**SESSIZLIĞIN SESI. OM TAT SAT.** . . . ”

Bu sesler veya olağanüstü akustik tezahürler sınıflandırılmıştır.1

Madam Blavatsky, yine*Sessizliğin Sesi*(s. 10-11), bunları şöyle sıralar:

Birincisi: bir bülbül.

İkincisi: zil sesi.

Üçüncüsü: bir kabuğun içindeki okyanus ruhu; akan suların sesi.

Dördüncüsü: Vena İlahisi,— (ud gibi bir Hint telli çalgısı).

Beşincisi: bir bambu flüt.

Altıncı: bir trompet sesi.

i Bu nada "sesleri" genellikle Kalp bölgesinden gelir, ancak bazen sağ kulakta duyulduğu söylenir. sekizinci veya*laya*durumunda, “sessiz” duruma geliriz.

Yedinci: donuk gök gürlemesi.

Sekizincisi: Bütün bunlardan geçersin ve ulaşırsın.*Sessizlik,*elde etmek istediğimiz sessizlik, bu fenomenleri elde etmek için bu çetin sınavlardan geçtikten sonra elde edilen “Büyük Pahalı İnci”. O zaman bu yüce edinime ulaşırsınız.

Diğer yazarlar vızıltı sesleri, lavta, arp,*A*çan (othis,

Madam Blavatsky'nin ürettiği "astral çanı" hatırlayacaksınız); dalgaların, gök gürültüsünün, arı vızıltısının, metal davulun sesi ve son olarak*Sessizlik.*Bu davul sesi genellikle Ajna çakrada, gözlerin arasında duyulur.1

Şimdi, bana dürüstçe bu seslere ne derecede nesnellik atfetmem gerektiğini -ne anlama geldiklerini- sorarsanız, bunların fizyolojik bir temeli olduğunu ve iki nedenden kaynaklandığını düşünme eğiliminde olurum. Biri, bildiğimiz gibi kulaklarda şarkı söyleme ve diğer sesleri üretecek olan kanın basıncıdır; ve ikincisi ve daha önemlisi, yoğun uygulama ile*pranayama,*Minik hava kabarcıkları kana karışır ve dolaşımda dolaşarak bu olağanüstü sesleri üretir. Tabii ki, bence,*birleşmiş*bu seslerle çok sık olarak olağanüstü psişik fenomenler meydana gelir; ama kişisel olarak, bu ses fenomenlerinin herhangi bir özel ruhsal anlamı olmadığını düşünmeye meyilliyim.

ben*nada*"Fikirsel kozmik bilincin Sese - Brahman'a giden ilk üretilen hareketi" olarak kabul edilir.

değil, vücutta meydana gelen bazı fizyolojik olayların sonucudur.

Konuya dönecek olursak: Kunda nasıl uyandırılır-

lini gücü, Swami Vivekananda, onun *Yoga*sahip olmak

bununla ilgili bir paragraf ve aslında, bu kadar çok bilgi verdiği için oldukça yoğun bir şekilde eleştirildi - çünkü bazıları bunun zarar vereceğini söyledi! Psişik meseleler söz konusu olduğunda, birçok insanın büyük korkak olduğunu her zaman hissetmişimdir; çünkü

aynı şekilde fizikte, kimyada ya da başka bir bilimde hiçbir zaman kesin bir ilerleme kaydedemezsiniz.*deneme*ve bir şeyleri denemek, tıpkı deney yapmadığınız sürece medyumlarda herhangi bir ilerleme kaydetmediğiniz gibi.

Sistematik olarak Yoga'da çalışırken, insanlar bana, "Oh, sorun değil; delireceksin! Bu Pranayama egzersizlerini uygulayarak ciğerleriniz ve zihniniz ile ilgili sorun yaşayacaksınız; eninde sonunda delireceksin!" Ben de "Tamam; BEN*irade*delirmek Ama ben bu egzersizleri yapacağım!" Ve ben*yaptı*onları yap ve deli olduğumu düşünmüyorum. En azından umarım öyle değildir!

Mesele şu ki, bu egzersizleri insanlara vermenin çok az tehlikesi olduğunu düşünüyorum çünkü neredeyse hiç kimse onları takip etme ısrarına sahip değil! Herhangi birine zarar verecek kadar yeterli sonuç elde etmek için aylarca ve aylarca büyük bir uygulama ve konsantrasyon gerekir ve o zamana kadar bunları düzgün bir şekilde yapmak için yeterli deneyime sahip olursunuz.1

Swami Vivekananda diyor ki:

i "Kırk yaşında herkes ya aptaldır ya da kendi doktorudur." (Atasözü.)

*Prana*kişinin kendi vücudundaki yaşamsal güçleri ifade eder.*yama*onları kontrol etmek demektir. Üç tür Pranayama vardır - çok basit, orta ve çok yüksek. Pranayama'nın tamamı iki bölüme ayrılmıştır. Birine doldurma denir; diğerine akciğerleri boşaltmak denir. En düşük Pranayama'da 12 saniye ile başladığınızda, orta Pranayama'da 24 saniye ile başladığınızda, 36 saniye ile başlayan o Pranayama en iyisidir. Önce terlemenin, sonra vücudun titreşiminin, ardından koltuktan kalkmanın ve insanın ruhunun büyük bir mutlulukla birleşmesinin olduğu Pranayama, en yüksek Pranayama'dır. Zihni kalbin nilüferine veya başın merkezine sabitlemek - buna denir**DHARANA."**

(Aslında Dharana bununla sınırlı değil. Başka şeylere konsantre olabilirsiniz.)

*"Dhyana*konuşulur ve ne üzerine meditasyon yapılacağına dair birkaç örnek verilir. Dik oturun ve burnunuzun ucuna bakın. Daha sonra, bunun zihni nasıl yoğunlaştırdığını, iki optik siniri kontrol ederek tepki arkının kontrolüne doğru nasıl uzun bir yol kat edildiğini ve*Bu yüzden*iradenin kontrolüne. Bunlar birkaç meditasyon örneğidir. Başın tepesinde, birkaç santim yukarıda bir nilüfer hayal edin ve merkezinde erdem, bilgi olarak sap olsun. Nilüferin sekiz yaprağı, Yogi'nin sekiz gücüdür. İçeride, stamenler ve pistiller feragattir. Yogi dış güçleri reddederse, kurtuluşa erecektir. Yani nilüferin sekiz yaprağı sekiz güçtür, ama içteki organlar ve dişi organlar aşırı feragattir, tüm bunlardan feragattir. O Nilüfer'in içinde, Altın Olan'ı, Her Şeye Gücü Yeten'i, Somut Olmayan'ı düşünün. O kimin adı-OM,parlak ışıkla çevrili, ifade edilemez. Bunun üzerine meditasyon yap. Başka bir meditasyon verilir. Kalbinizde bir boşluk düşünün ve o boşluğun ortasında bir alevin yandığını düşünün. O alevi kendi ruhunuz gibi düşünün ve o alevin içinde başka bir boşluk var, parlak ve bu ruhunuzun ruhu, Tanrım. Kalpte bunun üzerine meditasyon yap.. . . "

Yogilerin bu içsel, mistik uygulamalarına ilişkin iki büyük bilgi kaynağından,*Şiva Sanhita*garip bir şekilde sessizdir. Kundalininin uyanışına ilişkin neredeyse hiçbir değerli bilgi vermez. bu*Hatha Yoga Pradipika,*ancak, daha kesindir. Burada okuyoruz:

"Yılanların Efendisi Ananta, dağları ve ormanlarıyla tüm bu Evreni desteklediği gibi, Kundalini de tüm Yoga uygulamalarının ana*, desteğidir. Kundalini uyurken, Tanrı'nın lütfuyla uyandırılır.*Guru,*ve sonra tüm nilüferler ve Granthis (düğümler) delinir. Sonra Prana kraliyet yolundan, Sushumna'dan geçer. O zaman zihin askıda kalır ve sonra Yogi ölümü aldatır. . . . Yüzü yukarı dönük ve dili damaktaki deliği kapatarak Kundalini üzerinde tefekkür eden ve kafasından aydan on altı yapraklı nilüfere (boğazda) akan nektar akışının berrak dalgalarını içen kişi, Hatha Yoga uygulaması sırasında prana üzerinde kontrol - bu Yogi tüm hastalıklardan kurtulur ve bir nilüfer sapının lifleri kadar yumuşak ve güzel bir vücutla uzun süre yaşar. . . . Kundalini bir yılan gibi kıvrılmış olarak tanımlanır. Buna sebep olan*Şakti*hareket etmek şüphesiz özgürdür. ... Uyuyan yılan

Kundalini'yi kuyruğundan tutarak uyandırmalısınız. Ganj ve Jumuna arasında, acıma uyandıran genç bir dul oturuyor. Onu zorla yağmalamalı, çünkü bu kişiyi Vishnu'nun yüce koltuğuna götürür. Ida, kutsal Ganj ve Pingala, Jumuna'dır. Ida ve Pingala arasında genç dul Kundalini oturuyor. . . . oturmuş*Vajrasana*duruş, ayak bileklerine yakın ayakları sıkıca tutun ve onlarla yavaşça vurun*Kanda.*varsayarsak*Vajrasana*duruş, Yogi Kundalini'nin hareket etmesine neden olmalıdır; o zaman gerçekleştirmeli*Bhastrika Kumbhaka.*Böylece yakında Kundalini'yi uyandıracak. Daha sonra güneşi (göbeğin yanında) daraltmalı ve Kundalini'nin hareket etmesine neden olmalıdır. Ölümün ağzında olsa bile ondan korkmasına gerek yok. (Mide kasıldığında 'güneş' kasılır.) Kundalini'yi yaklaşık bir buçuk saat boyunca korkusuzca hareket ettirerek, Sushumna'dan biraz yukarı doğru çekilir. Bu süreçte Kundalini kesinlikle ağzı açık bırakır ve Prana doğal olarak ağzın içinden geçer. . . . Sadece bekar bir hayat süren ve ılımlı ve besleyici bir diyet uygulayan bir Yogi, kırk beş gün içinde Kundalini'nin manipülasyonunda mükemmelliğe ulaşır. Kundalini'yi harekete geçirdikten sonra, sürekli olarak Bhastrika Kumbhaka'yı uygulamalıdır. Yama'da mükemmelleşen ve bunu uygulayan kişinin ölümden asla korkmasına gerek yoktur.. . . ”

Arthur Avalon'da*Yılan Gücü*(s. 240-41), diyor ki:

"Samadhi'ye ulaşmanın tüm yöntemlerinin ilkesi Prana'yı Ida ve Pingala'dan çıkarmaktır. Ne zaman
bu başarıldı, bu Nadiler 'öldüler', çünkü canlılık onların dışına çıktı. Prana daha sonra Sushumna'ya girer ve Kundalini'nin yardımıyla Sushumna'daki altı çakrayı deldikten sonra, Laya olur veya Sahasrara tarafından emilir. Bu amaca yönelik araçlar, Muladhara'dan çalışırken, ayrıntılı olarak değişiyor gibi görünmektedir, ancak ortak bir ilkeyi somutlaştırmaktadır - yani, Jalandhara tarafından Prana'nın aşağı ve Apana'nın yukarı doğru (yani, doğal yönlerinin tersi) zorlanması ve Mulabandha veya başka türlü, birleşmeleri nedeniyle iç ateş arttığında. Bu durumda konum, bir pistonun her iki uçta merkezi havadan kaçmadan çalıştığı ve böylece ısındığı içi boş bir boruya benzer. Sonra, bu şekilde üretilen ısıyla uyandırılan yılan gücü Kundalini, 'uyku' denilen potansiyel durumundan uyandırılır. ' içinde kıvrılmış yatıyor; daha sonra tıslar ve doğrulur ve Sushumna'ya girer, tekrarlanan çabalarla Sushumna'daki çakralar delinir.
Bunların tüm toplamı ve özü bir
aslında, basitçe şudur:
Oturmak*Asana*ve pratik yapmak*pranayama,*sırayla çakralara konsantre olun, en alttan başlayıp onun üzerinde meditasyon yapın, sonra bir sonrakine ve sonra onun üzerindeki bir sonrakine ve bu şekilde devam edin -yediden geçilene kadar. İlk aşama, çaba sarf etmektir.-*hissetmek*nilüferlerin vücuttaki konumu - mümkün olduğu kadar hassas ve alıcı hale gelmek ve sonra mümkünse hissetmek,*Neresi*o merkez*dır-dir.*Bilincin merkezi değiştikçe, bir hareketlenme hissetmeye başlarsınız. Daha sonra onu orada tutmalı, o noktada meditasyon yapmalı ve sonra*kötü*o merkeze yönlendirilen bu psişik enerji tarafından o merkezin uyandırılacağı.1

Mesele şu ki, tamamen telepati, tamamen durugörü, tamamen astral projeksiyon, tamamen fiziksel fenomenler geliştirmeye çalışmamalısınız - bunun yerine belirli yaşam yöntemleriyle - zihinsel ve fiziksel, psişik ve ruhsal; ve ne zaman*O*uyandığında, otomatik olarak tüm bu psişik güçler sana gelecek. Bu gücü uyandırmada uygun ilerleme kaydedildikçe, bu diğer psişik fenomenler kendiliklerinden, —kendiliklerinden; o zaman kendinizi havaya kaldırabildiğinizi veya astral bedeni yansıtabildiğinizi, diğer insanların zihinlerini okuyabildiğinizi, hayvanları kontrol edebildiğinizi veya görünmez olabildiğinizi veya hakkında okuduğunuz sayısız şeyden herhangi birini yapabildiğinizi göreceksiniz.

Kundalini'yi uyandırma süreci şu şekilde özetlenebilir:

Belirli bir karaktere sahip fiziksel ve zihinsel egzersizler bu gücü uyandırır; ve güç bir kez uyandırıldığında sırayla çeşitli çakraları canlandırır. Öngörülen Asana'da otururken,

zihin uygun bir Mudra ile sabitlenir ve Pranayama başlar. Hava solunur ve tutulur (Kumbhaka), aynı zamanda anal kasların kasılmasıyla yukarı doğru zorlanan alt pranik akımlara karşı vücutta aşağı doğru zorlanır (Kumbhaka). Bu erken dönemde konsantrasyon şimdiye kadar Ajna üzerindeydi; ama şimdi Kalp merkezine kaydırılmıştır,

ben "*emir*(uyandırmak) önce onlar üzerinde meditasyon yapmak, sonra Kundalini'yi uyandırmak ve Onun Brahma-lotus'a geçişi ve sonra oradan dönüşüdür. . " vesaire.*(op. cit.,* P. 3).

ve bu merkezde var olan bir alev düşüncesi (imgesi) zihinde tutulur. Bu şimdi zihinsel olarak aşağıya, en alt merkeze (Muladhara) yansıtılır. Kundalini'yi uyandıran iç ısı veya "Ateş" bu şekilde üretilir. Bunun üzerine aktif hale gelir, Sushumna'daki açıklığı deler ve canlandırdığı ikinci merkeze doğru yukarı doğru ilerler ve sonunda herkes uyanana kadar böyle devam eder.

Bununla birlikte, merkezlerin salt uyanışı kendi içinde "özgürlüğü" garanti etmez. Kundalini en üstteki çakraya - Sahasrata'ya ulaşıp onu canlandırdığında bile - bu garanti edilmez. Kundalini'nin kendi başlangıç noktasına geri dönme yönünde sürekli bir eğilimi vardır ve çalışma aralıksız olmalıdır. Sadece Kundalini onu aldığında*kalıcı mesken*Sahasrara'da kurtuluş elde edilir. Kundali Shakti'yi bu merkezde üç gün üç gece düzenli olarak tutabilen Yogi'ye büyük psişik güçlerin sigortalı olduğu söylenir.

Meditasyonun sonunda Kundalini'yi güvenli bir şekilde omurganın tabanındaki merkezine geri döndürmek için büyük özen gösterilmelidir. Çünkü, Avalon'un dediği gibi, "Kundalini'nin dönüşü, Tivatma'nın kendinden geçmiş bir durumda veya Samadhi'den yükseltildikten sonra, varlığın en alt planının fenomenal dünyasında yeniden ayarlanmasıdır" (s. 251). Bu nedenle Kundalini, kural olarak, Anahata'ya (kalp merkezi) geri götürülür, bir meditasyon süresi boyunca orada tutulur ve sonra tekrar başladığı en alt merkeze indirilir. Bu işlemin gerçekleştirilme kolaylığı, kısmen Yogi'nin iradesine ve kısmen de Nadiler'in saflığına bağlıdır.1

i Uyandırılan ecstasy'nin ayırt edici özelliklerinden biri

Bununla birlikte, Kundalini'yi uyandırmanın amacının yalnızca psişik fenomenler üretmek veya uyandırmak olduğu düşünülmemelidir. Aksine, birincil amacı bu şekilde Kozmik Bilince ulaşmaktır - "Kundali Yoga'da Kundali'nin uyanması ve harekete geçmesi, Hint Yogası'nın her sisteminin sonu olan, bireyin evrensel bilinçle birleşmesi biçimidir." Gerçekten de, bu şekilde elde edilen birlik biçiminin diğerlerinden daha eksiksiz olduğu ve Dhyana yoluyla elde edilen Samadhi'nin -Kundalini'yi uyandırmadan saf meditasyon- o kadar mükemmel veya o kadar "Mutlu" olmadığı söylenir. Kundalini, büyük Kozmik Gücün kişiselleştirilmiş ifadesidir ve mikro kozmosun makro kozmosla yeniden birleşmesi veya birleşmesi, erişimin amacını temsil eder.1

Elbette bir anlamda Hindu felsefesi bir*bencil*felsefe, - sadece benliğin gelişimi.

Ama son tahlilde -Hıristiyanlık da dahil olmak üzere- tüm dinler bencilce değil midir? Edward Carpenter'ın dediği gibi: " Yeniden
Ticari rejim altında ligion ve Ahlak, doğal olduğu gibi, tamamen bencil hale geldi. Her zaman şöyleydi: "Ben*BEN*kurtardın mı? ben*BEN*doğru şeyi yapmak? ben*BEN*Tanrı'nın ve insanın beğenisini kazanmak mı? İrade*Benim*kurtuluş taleplerine izin veriliyor mu? Yaptı*BEN*iyi pazarlık yap

Kundali Yoga tarafından aşırı*soğukluğu*vücut. Bu, elbette, birçok psişik olgunun da özelliğidir ve maddeleştirme ortamları vb. durumlarında fark edilebilir.

[1]Avalon şöyle diyor: "Tahmin raporunda şuna dikkat edilmelidir:

1 undali Yoga uygulayıcıları arasında, hem beden hem de zihin Shiva ile birleşerek mükemmel bir Samadhi'nin kazanıldığı en yüksek Yoga'dır" (s. 200).

İsa'nın benim için çarmıha gerilmesine izin mi veriyorsun?*(Pagan ve Hıristiyan İnançları,*P. 190.)

Ve Yoga'nın ilk aşamalarında "başkalarına iyilik yapmak en yüce görevdir" diye okuruz.

Yoga'nın tüm amacı, aynı zamanda büyü ve mistik uygulamaların da büyük amacı olan bu uyum durumuna, içsel dengeye veya uyum durumuna ulaşmak, - beden içindeki güçleri dışarıdakilerle dengelemek, - vücuttaki titreşimleri, genel güçleri dış Kozmosa göre ayarlayın; ve bu gerçekleştiğinde, uyum ve mutluluğunuz olur.

"Samadhi" veya "Kozmik Bilinç"ten bahsettiğinizde birçok insan şöyle diyecektir: "Ah, bunların hepsi halüsinasyon!" Bu konsantrasyonlar, nefes egzersizleri ve benzeri şeyler yüzünden hastalıklı, anormal bir durumdasınız! Bir tür yarı anestezik duruma giriyorsun, sana her şey gerçek gibi geliyor ve bu durumda kendini kandırıyorsun, rüyalardaki gibi." Ama Hindu der ki, "Hayır, bu gerçek bir durumdur; dünyadaki her şey kadar gerçektir ve eğer buna inanmıyorsanız,*deneyim*kendin; ve sonra buna inanacaksın. Psikolog, "Hayır! Bunu deneyimleyemiyorum. Nesnel, dışarıdan bir kanıt istiyorum." Ve Hindu der ki, "Bu amaca, dış kanıta sahip olamazsın.*Deneyim*BT. O zaman bileceksin."

Dolayısıyla, iki okul - nesnel ve öznel - arasında uzlaşmaz bir çatışma var. Biri, "İçsel deneyimden bilmelisin" der; diğeri, "Dış deneyimden bilmeliyim" der; ve Hindu'nun söylediklerinin doğru olduğunu bilecek kadar içsel deneyime sahip olmadıkça bu tartışmayı çözemezsiniz.

Tabii ki, tüm Doğulular gibi Hindular da dillerinde süslüdür. Bomba gibiler. Pek çok şey iddia ediyorlar ve bize saçma görünen pek çok şey söylüyorlar - ve şüphesiz ki pek çok şey.*vardır*çöp, - sonsuza dek yaşamak ve "Bunu yapan her türlü hastalıktan muaftır" gibi. Yine de onlar büyük ilim sahibidirler ve büyük hakikatleri bilirler.

Bu beni son noktama getiriyor, o da şu: Orada
üç psişik gelişim okulu vardır -*Yoga,*tartıştığımız; the*Gizli;*ve tamamen*medyum*veya*Psişik.*

Şimdi üzerinde çalıştığımız ve hakkında çok şey bildiğimiz Yoga Felsefesi; muhtemelen hakkında çok şey bildiğiniz medyum veya psişik. Ortamlar, alıcı veya pasif olmaya ve etkilerin organizmada oynamasına ve kontrolü ele geçirmesine izin vermeye bağlıdır. Kitabımda bu yöntemlerin oldukça eksiksiz bir açıklamasını verdim:*Psişik Güçleriniz: ve Nasıl Geliştirilir?*

Okült okulunun temsilcileri olan Okültistler şöyle derler: "Bu yanlış! Bu aşırı pasif tesirlere karşı bu aşırı duyarlılık,*Olumsuz*insan Egosu için iyi bir şey. Yararlı olmayan etkilerin üzerinizde ve sizin aracılığınızla oynamasına izin verir. Ne olduklarını bilmiyorsun. Cesareti kırılmak içindir!" Bunda büyük ölçüde haklı olduklarını düşünüyorum. Aşırı medyum ve psişik gelişimin yardımcı olmadığını ve okültistin bu bakış açısında genellikle haklı olduğunu düşünüyorum. Psişik deneyimler sırasında benlik bilincinizi, egonuzu kontrol altında tutmalısınız; ve bu kontrol, gördüğünüz gibi, Doğu ve Batı okulları arasında bir tür "orta yol" olan Yoga uygulamalarıyla elde edilebilir.

Tüm bu üç geliştirme yönteminde neyin doğru neyin yanlış olduğunu söylemek zor; ama aynı şekilde, heyecan verici bir olayı gözlemlerken, heyecan ve olay içinde kaybolursunuz ve bir anlamda*kendini kaybetmek,*yine de başka bir anlamda yapıyorsun*Olumsuz*benlik duygunuzu kaybedersiniz, böylece aynı şekilde Samadhi'de -kozmik bilinçte- bu mistik durumu deneyimlersiniz, -Süperbilinçle bir olursunuz, ama aynı zamanda kendi bilincinizi de korursunuz, - birini kaybetmeden diğerini Bunu açıklaması zor, ama teorik olarak "benliği" arka planda tutarken yüksek bilinçle bir birleşme olmalıdır.*his*Kendinin.

BÖLÜM IX"Muhafızlar Eşikte Çalışıyor"

İÇINDEBu bölümde, konunun daha pratik veya deneysel yönüne geçmeden önce, her şeyden önce Hindu öğretilerinin etik yönü üzerinde durmayı öneriyorum. adlı küçük incelemeyi ele alalım.*Yoldaki Işık,*bu konuda yazılmış en iyi kitaplardan biri olarak kabul edilmiştir. Sembolik olarak alınması gereken bir dizi sözler veya "aforizmalar"dır ve verilen talimatlar, göründüğü gibi değil, belirli bir iç anlamla kabul edilmelidir ve bunları yorumlama yeteneği, uzun bir çalışmanın sonucudur. Hindu ve psişik bilim. Örneğin, aşağıdaki gibi üç cümle alın:

"Yalnızca içinizde olanı arzulayın. Yalnızca senin ötesinde olanı arzula. Yalnızca ulaşılamaz olanı arzulayın."

Görünüşe göre paradokslar! Çözüm:

"Çünkü içinizde dünyanın ışığı var, yola verilebilecek tek ışık. Eğer kendi içinizde algılayamıyorsanız, onu başka yerde aramanız faydasızdır. O senin ötesindedir, çünkü ona ulaştığında kendini kaybetmişsindir. Ulaşılamaz, çünkü sonsuza dek geri çekiliyor." . . .

Elbette Yoga sisteminin büyük kurucusu—patanjali,Ve*O*ana hatlarını çizen bir dizi söz ya da "aforizma" vardı.

Yogada uyulması gereken kurallar. Spesifik egzersizleri felsefe kadar özetlemedi; ve bu nedenle, eğer Patan'ı okursanızjali'nin *sistem,*zıplamak
Kundalini'yi nasıl uyandıracağınıza dair özel talimatlar alacağınız için hayal kırıklığına uğrayacaksınız. Bu tür bir bilgi istiyorsanız, Patanjali'yi almayın! Bununla birlikte, bu Aforizmaların aydınlatıcı bir Açıklaması, Mabel Collins'in küçük kitabında bulunacaktır.*Şeffaf Mücevher*.

şimdi sorumuza geliyoruz**KARMA,**hakkında çok şey yazıldı. Pratik olarak, amaçlarımız için,**KARMA**araç**SEBEP VE SONUÇ,**— belirli eylemlerin sonucu, — eylemlerin sonuçları.**KARMA**birçok insanın düşündüğü gibi, köpek gibi bir insanın peşinden koşan bir tür akışkan madde değildir, o sadece kendi eylemlerinizin, kendi düşüncelerinizin, kendi duygularınızın, kendi hayatınızın sonucudur. Başka bir deyişle, dediğim gibi, sebep ve sonuçtur.

Ancak**KARMA**bir fizik kanunundan daha fazlasıdır; bir insanla ve onun yaşamıyla ya da yaşamlarıyla yakından bağlantılı olan ve adeta onu bir yaşamdan diğerine takip eden bir şeydir. Tabii ki, bu durumda, gördüğünüz gibi, doktrini ile yakından bağlantılıdır.-**REENKARNASYON,**-çünkü Hindular, şu anda yaşamakta olduğumuz bu hayatın sadece bir "kovadaki damla" olduğunu iddia ediyorlar - tüm varoluş süresi içinde sonsuz derecede küçük bir nokta ve Tanrı doktrini**KARMA**sadece bu hayata değil, aynı zamanda*tüm*yaşam, - geniş uzantılarında görüldüğü gibi. Bu nedenle, bir anlamda, bu doktrinde, bir insanın hayatının karma tarafından kontrol edildiğine dair bazı gerçekler vardır, ancak bu, çoğu insanın sahip olduğu sıradan kabul değildir; ve doktrinini düşünmeye geldiğinizde-**REENKARNASYONDA SORUNUN IÇINDE KESINLIKLE ÇÖZÜM GEREKTIREN BIRÇOK ZORLUK OLDUĞUNU GÖRECEKSIN.1**

Her şeyden önce eski bir soru var: Geçmiş yaşamlarımızı neden hatırlamıyoruz? İnsanlar, "Daha önce yaşadıysam, geçmiş yaşamlarımı neden hatırlamıyorum?" Bunun cevabı şu ki,*Toplam*bu hayatta sadece çok küçük bir ifadesi olduğumuz benlik, şimdiki hayatta ulaşılamayan bir faaliyet alanında mevcuttur; ve geçmiş yaşamlara ait düşüncelerimizi, deneyimlerimizi fiziksel beyne taşımaktan aciz olduğumuzu; Bunun nedeni de, bilincin beyin aracılığıyla dışavurumlarında ifade edildiği gibi, maddi ve manevi dünyalar arasında bir kopukluk olmasıdır.

Düşündüğünüzde geçen hafta bugün hatta dün ne yaptığımızı çok azımız hatırlayabiliriz. Bu nedenle, doğumdan kaynaklanan olağanüstü kopukluk ile önceki bir hayatı yaşamış olsak bile, insanların çoğunluğunun zihinsel deneyimlerini ve anılarını aktarmasının imkansız değilse bile son derece zor olacağını varsaymak doğaldır. bu hayata

Başka bir şey: Teozofistlerin şu anda bildiğimiz bu "kişilik"in bu hayattaki eylemlerimizin bir sonucu olarak inşa edildiğine inandıkları; mevcut büyümemizin, çevremizin, çevremize verdiğimiz tepkilerin sonucudur.

önceki çalışmalarımı görüyorum*Psişik Güçleriniz: ve Bunları Geliştirme Eow*Bu sorunun tartışılması için. Aşağıda, sadece teoriyi veya öğretiyi belirttiğimi ve mutlaka kendi görüşlerimi ifade etmediğimi tekrar vurguluyorum. Her okuyucu, var olandan kendi sonuçlarını oluşturmalıdır.*veri.*
BT; bu hayatın ürünüdür. Ama onun arkasındaki temel ilke, ruh, ifadesi olduğumuz "X", burada küçük bir kıvılcım veya yan dal olduğumuz o uçsuz bucaksız ruhtur; ve öldüğümüzde, o yüce ruha bu hayatın tecrübelerini ekliyoruz. Ek malzeme tedarik ediyoruz-*Toplam*hayat,—bu hayattan derlenmiş; ve her hayat yeni döşer*veri*ve tüm benliğimizi sağladığımız - ifadesi olduğumuz - yeni malzeme. Öğreti böyledir.

Bunu açıklığa kavuşturdum mu bilmiyorum; ama mesele şu ki, her yaşamdan belirli deneyimler topluyoruz ve bu deneyimleri toplam benliğe ekliyoruz ve sonuç olarak yaşadığımız her yaşamla daha zengin, daha deneyimli ve daha gelişmiş hale geliyoruz.

Birçok insan*olabilmek*görünüşe göre geçmiş yaşamlarındaki olayları hatırlıyorlar. Bunu yapabileceklerini iddia eden birkaç kişiyle tanıştım; ve kesinlikle gerçeğin oldukça iyi kanıtlarını sunanlar. Belirli psişik durumlara geçerken, sahneleri, daha önce başlarına

gelen olayları hatırladılar; ve "Yalnızca halüsinasyon" diyenlere cevaben,"HAYIR!Belli bir yere gittiğimde, orada ne olacağını ve o yerin nasıl olacağını önceden biliyordum. Bu duvarda artık olmayan bir kapının kesildiğini söyleyebilirim; ve soruşturma üzerine bir kapının olduğu gösterildi*vardı*o noktada vardı”; - ve bu karakterin birçok benzer örneği - bunu iddia eden belirli kişilerle geçmiş yaşamların anısının mümkün olduğunu gösteriyor gibi görünüyor.

Bu doktrin**KARMA,**sonra -geri dönecek olursak- bir insanın eylemlerinin sonucu olduğunu ve çektiği her şeyin eylemlerinin sonucu olduğunu iddia eder; ve bu doktrini ima eder**ÖZGÜR IRADE,**-yani anlamak için**KARMA**doğru bir şekilde, bu sorunu anlamalıyız**ÖZGÜR IRADE.**Bu metafizik bir sorun ve çok zor bir sorun ama bence nispeten açıklığa kavuşturulabilir.

ÖZGÜR IRADEsadece eylemlerimizde özgür seçime sahip olduğumuz anlamına gelir - ki bu, elbette, üzerinde düşünmemiş herkesin kapsamlı bir şekilde inandığı şeydir. Sağduyumuz ve kendi içsel duygularımız bize, belli bir evden çıkarsak, istediğimiz gibi sağa veya sola dönebileceğimizi söyler; ama Özgür İradeye inanmayanlar, —**DETERMINISTLER,**-söylemek"HAYIR!Bu hayatta yaptığınız her eylem, her seçim önceki eğitimin, çevrenin, zihinsel, ahlaki ve fiziksel terbiyenin sonucudur; ve yaptığınız her eylem, düşündüğünüz her düşünce, önceki eğitimin sonucudur ve başka türlü düşünemez veya davranamazsınız!

Örneğin: Eğer bir erkeği yere
bir uçurumun kenarında ve intihar etme eğilimi ya da cazibesi varsa, uçurumdan atlayabilir ve bu eylemi gerçekleştirebilir - eğer hayatındaki bazı önceki uyaranlar bunu yapmasına neden olduysa; ve**DETERMINISTLER**"Eğer o kıyı boyunca yüz adam sıralarsanız ve onların önceki zihinsel, fiziksel ve ahlaki eğitimleri tamamlanmış olsaydı,*Kesinlikle*benzer,*Tümü*o adamlar nehre atlardı ve hiçbiri kendini tutamazdı! Yani eylemlerimiz bellidir.” temeli budur*determinizm,*

Ve Deterministler, bunun için doğru olması gerektiğini söylüyor
sebep: beyinde her düşünceye eşlik eden fiziksel bir değişim vardır; mükemmel bir şekilde bağlantılı bir bağlantı var; eğer tanıştırırsan*irade*bizim bu evrenimize, belirleyici bir faktör olarak, kapalı sistemimize veya dairemize yeni bir şey - bir tür dış etki - sokarsınız, - ve*O*bilim adamları kabul etmek istemiyorlar! “Hayır! Evren tamamen kapalı bir sistemdir; ve ona dışarıdan bir şey sokmak imkansızdır, çünkü her şey*içinde*zaten var. Bir şeyi başka bir şeye çevirebilirsin, bir şeyi başka bir şeye dönüştürebilirsin ya da dönüştürebilirsin, ama her şey*Orası.*Ve izin vermeyecekler**ÖZGÜR IRADE,**çünkü yapmaya hakkımız olmayan bir enerjiyi ekler ya da üstüne ekler. Böylece karşı büyük argüman**ÖZGÜR IRADE**doktrininden alınmıştır.**ENERJININ KORUNUMU.**

Uzun zamandır tartışılan bu soruya artık giremeyiz.**ÖZGÜR IRADE,**çünkü bu konu üzerine lehte ve aleyhte yüzlerce kitap yazıldı ve şimdi bunu çözebilmemiz pek mümkün değil! Ama felsefede ve metafizikte sağduyu doktrinini desteklemek için belirgin bir eğilim olduğunu düşünüyorum.*dır-dir*dünyada özgür irade; ve kanımca bu, insan iradesinin gerçek bir enerji olduğunu ve aletlerin bu iradenin uygulanmasından kesinlikle etkilenebileceğini gösteren, son zamanlarda yapılan bazı psişik deneylerle de destekleniyor.*gerçek güç*ve eğer bu doğruysa, eğer o bir enerji, maddi dünyamızı etkileyebilecek gerçek bir "şey" ise, özgür irade doktrinine yönelik tüm itirazlar ortadan kalkar! Bir gün bu psişik fenomenlerin özgür irade sorununu çözeceğini düşünüyorum - tıpkı psişik fenomenlerin ruh problemini - sadece gerçeklerle, - fenomenlerle, bilimsel kanıtlarla çözeceği gibi.1

Bize Doğu'dan Teosofi aracılığıyla, Rosicrucianism aracılığıyla, tüm çağların gizli doktrinleri aracılığıyla aktarılan bu doktrinler, - iddia edildiğine göre, bize Mısır'dan daha eski, çok eski bir uygarlıktan gelmiştir. , - ve bu uygarlığın*Atlantis.*Platon'un çok güzel anlatmış olduğu Atlantis hikayesini muhtemelen çoğunuz biliyorsunuzdur; ama birkaç kelimeyle, Atlantik Okyanusu'nun merkezinde, kuzey kıyılarında "Hesperides Bahçeleri" olan "Atlantis" adında geniş bir kıtanın var olduğu ve çok yüksek bir kültüre sahip olduğu

basitçe anlatılır. ve medeniyet. Tüm bu kıta, sakinleri büyük bir kültür zirvesine yükseldikten ve o zamanki uygar dünyanın büyük bir bölümünü fethettikten sonra, muazzam bir felaketle Atlantik Okyanusu'nun altına battı ve 9600 yılında dalgalar tarafından tamamen sular altında kaldı.**M.Ö**ya da o civarda; ve Atlantis'in şu anda var olan tek kısmı, Atlantis kıtasının en yüksek dağ zirveleri olan Azor adalarıdır.

Atlantis'in bu doktrini yüzlerce yıldır bilim adamları tarafından alay konusu olmuştur; ancak son zamanlarda lehine pek çok bilimsel kanıt öne sürüldü. Fransa'nın resmi jeologlarından biri olan Profesör Termier, Smithsonian Enstitüsü'nde gerçek bir Atlantis'in varlığına işaret eden çok sayıda jeolojik kanıt olduğunu söylediği bir Rapor yayınladı; ve bunun dışında, var

[1]benim görmek*Psişik Araştırmanın Sorunları*,Bu sorunun bir tartışması için, yapılan deneyler vb. ile ilgili gerçekler.

Amerika ile Afrika ve Avrupa kıtaları arasında bir tür kara köprüsünün varlığına dair birçok başka kanıt.

Örneğin, bazı kelebek ve güve türlerinin, böceklerin ve karıncaların ve hatta memelilerin Güney Amerika'da ve Çin'de veya Güney Amerika ve Güney Afrika'da bulunduğu bulunmuştur; ve bunlar o kadar birbirinden farklıdır ki, ya iki kıtada tamamen paralel bir evrim olduğunu, tıpatıp aynı böcek ya da canavarı geliştirdiğini varsaymanız gerekir ki bu neredeyse akıl almaz bir şeydir;*veya*göç edebilecekleri bir tür kara bağlantısı olduğunu, çünkü şu anki su uzantılarının kesinlikle bu tür yaratıkların üzerinden geçemeyeceği kadar büyük olduğunu; Ve sen*Yapmak*bu yaratıkları ve bu böcekleri dünyanın iki farklı yerinde, artık birbirinden çok uzak ve doğrudan herhangi bir şekilde ulaşılması imkansız buluyor. Öyle ki, son zamanlarda ortaya atılan belirli miktarda delil vardır.*Atlantis.*

Tüm bu etik ve dini öğreti, Hindistan'da var olan psişik uygulama ölçeğinin bir ucudur; merdivenin en yüksek basamağı; ve en alt basamakta, birkaç kuruş için mucizeler yaratan ve birçok insanın gerçek olduğuna inandığı, ancak kesinlikle yüz olaydan doksan dokuzunda saf ve basit olan hileler yapan gezgin sahtekarları bulursunuz. .

Bu hileler çoğunlukla basit hokkabazlık numaralarından oluşur; örneğin bir tohumdan bir çalı yetiştirmek veya küçük bardakların altından bazı topların kaybolmasını sağlamak veya bir çocuğu bir sepete koyup bir kılıçla sepetin içinden geçirmek gibi. çocuğun ortadan kaybolduğu ve uzaktaki bir ağacın üzerinde bulunduğu; veya renkli ipleri yemek ve onları ağızdan çekmek; ya da kuru kumu suya düşürmek ve eli suya sokmak ve kumu tamamen kuru olarak kaldırmak; - ve bu karakterin hünerleri. Şimdi, bunların hepsi hile. Örneğin, "mango ağacı numarası" çeşitli şekillerde yapılır; en yaygın olanlarından biri, yaklaşık iki inç uzunluğunda ve bir inç genişliğindeki mango tohumunun oyulmasıdır ve mango filizi - bir ağacın küçük dalı,—özenle işlenir ve sulanır, ve sonra kendi etrafında yuvarlanıp bu içi boş tohumun içine sıkıştırılmış; ve bu tohum, incelenen gerçek tohum yerine konur; hazırlanan tohum toprağa atılır ve üzeri bir bezle örtülür. Sihirbaz daha sonra ellerini kumaşın altına koyar ve tohumu manipüle eder, yeşillikten biraz çıkarır ve gösterir; sonra biraz daha ve bunu göstererek, sonunda tüm dal ortaya çıkana kadar; ve o noktaya ulaşıldığında, küçük tohumun filizlenmesini göstermek için her seferinde kaldırılan kumaş örtüsünün altına, çok büyük bir dal sokar, beşinci veya altıncı kez, kumaşın altına, sonuncusu dalın iki fit yüksekliğinde olması. Sihirbaz daha sonra ellerini kumaşın altına koyar ve tohumu manipüle eder, yeşillikten biraz çıkarır ve gösterir; sonra biraz daha ve bunu göstererek, sonunda tüm dal ortaya çıkana kadar; ve o noktaya ulaşıldığında, küçük tohumun filizlenmesini göstermek için her seferinde kaldırılan kumaş örtüsünün altına, çok büyük bir dal sokar, beşinci veya altıncı kez, kumaşın altına, sonuncusu dalın iki fit yüksekliğinde olması. Sihirbaz daha sonra ellerini kumaşın altına koyar ve tohumu manipüle eder, yeşillikten biraz çıkarır ve gösterir; sonra biraz daha ve bunu göstererek, sonunda tüm dal ortaya çıkana kadar; ve o noktaya ulaşıldığında, küçük tohumun

filizlenmesini göstermek için her seferinde kaldırılan kumaş örtüsünün altına, çok büyük bir dal sokar, beşinci veya altıncı kez, kumaşın altına, sonuncusu dalın iki fit yüksekliğinde olması.

Kuru kum numarası, başka bir örnek verecek olursak, kumun dikkatli bir şekilde gres içinde hazırlanması, -kızartılması, böylece her bir kum zerreciğinin biraz gres tabakasıyla kaplanması; ve bu bir araya toplanıp soğuk suya düştüğünde, sihirbaz elini suya sokar; yağ, kumun ıslanmasını engellemiştir, dolayısıyla sudan kaldırıldığında görünüşe göre hala “kuru” dur. Ve benzeri.

Geriye Hinduların gerçekleştirdiği söylenen -çok iyi bilinen- ve biraz muamma olan bir numara kaldı. Bu ünlü halat istismarıdır. Sihirbazın havaya bir ip attığı söylenir; bir çocuk tırmanıyor, bulutların arasında kayboluyor ve kolları ve bacakları yere düşüyor. Sonra sihirbaz bunları birbirine yapıştırır ve çocuk eskisi gibi ayağa kalkar!

Bu kesinlikle yeterince şaşırtıcı olan hikaye! İlk yayınlandığında, dergide yayınlanan bir dizi fotoğrafla desteklenmiş veya desteklenmiştir.*Chicago Denetçisi*yıllar önce ve her şeyin hipnotizmanın sonucu olduğu iddia edildi - "hipnotize edilemeyen" (izleyici olması gerektiği gibi) kamera açığa çıktığında, böyle bir şeyin olmadığını gösterdi. . Ancak bu kolektif hipnotizma öyküsünü desteklemek için üretilen sözde "fotoğraflar"ın gerçek olmadığı ortaya çıktı.*gravür,*ve hiç fotoğraf değil, - yani tüm olay bir gazete hilesiydi - bir gazete hikayesi - ve bu ip numarasının sorunu - gerçekten oynanmış olsun ya da olmasın - hala devam ediyor. Yıllarca Hindistan'da yaşamış, bu başarının gerçekleştirildiğini görmeye çalışan ve bunu asla başaramayan pek çok insanla konuştum; ve hiç gösterilip gösterilmediğinden çok şüpheliyim. Eğer öyleyse, muhtemelen içinde bazı hipnotik "cazibe" temeli vardır; ancak, açıklandığı şekliyle hilenin Hindistan'da hiç gösterilip gösterilmediği son derece şüphelidir, ancak bunun çeşitli basit modifikasyonları kesinlikle görülebilir.

Bu konuyla ilgilenmesi muhtemel olanlar, adlı küçük kitabıma başvurabilirler.*Hindu Büyüsü,*tüm bu başarıların açıklandığı yer.

Yeri gelmişken söyleyebilirim ki Kızılderililer, — Hindular*,-sahip olmak*elbette bazı psişik güçler - hatta "psişik pratisyenler"in alt sınıfı bile; ve bu adamlar hayvanlar veya diğer insanlar üzerinde güce sahiptir ve muhtemelen kendi astral bedenlerini - ve bu karakterin hünerlerini - büyük Üstatlara götüren telepati ve durugörü güçlerini yansıtabilirler.

. . . . . «

Yoga uygulayan tek ülke Hindistan değil. Mısır, Chaldea, İbraniler, Japonya, Çin ve tüm Doğu ülkeleri, geçmişte her ülkenin kendi Yoga felsefesi sistemine sahipti. Bir Çin Yogası, bir Japon Yogası, bir Hıristiyan Yogası1 vb. vardır; ama hepsi farklı hatlarda ve bu çalışma Hindu Yoga ile sınırlı olduğu için onlara girmeyeceğiz.

Eğer istersen, ama bu kelimeyi hatırla*Yoga*bilimsel deneylerle birleştiğinde kademeli bir çileci dini uygulamalar sistemi anlamına gelir, her ülkenin kendi doktrinine ve kendi Yoga sistemine sahip olmasının oldukça mümkün olduğunu göreceksiniz - kendi açıkça tanımlanmış çizgileri boyunca - hepsi bunlardan az ya da çok farklıdır.

Oldukça ilginç ve ilginç bir gerçek olduğunu da belirtebilirim.*tip*psişik fenomenlerin ve*tip*Her ülkedeki hayalet sayısı tamamen farklıdır. Örneğin, Japon hayalet öyküsünün türü, Zulu hayalet öyküsünden veya İngiliz ya da Amerikan hayalet öyküsünden olabildiğince farklıdır; oldukça farklı. Örneğin, Japon hayaletlerinin neredeyse tamamı katıdır.

[1]Hristiyan Yoga Uygulamaları ve Doktrini hakkında iyi bir açıklama için bkz. AK Mozumda:*Hayat ve Yol:* Hıristiyan

Yoga Metafiziği, 1911.

geri dönen ve birkaç saat, gün veya hafta süreyle insanlarla birlikte yaşayan maddi varlıklar; ve sonra bir sabah kaydileştirin - ve gittiler! Fantazmal, uçucu yaratıklarımızdan oldukça farklılar!

Bununla birlikte, Farsça Yoga veya Büyü ile ilgili bir veya iki kelime ilgi çekici olabilir, çünkü bu konu ve ayrıca bu bölümde daha sonra ele alacağımız bir konu ile az çok yakından ilgilidir.

İranlı Yogi, belirli sayıda mistik veya psişik uygulamalardan geçtikten sonra, belirli bir erişim durumuna ulaşır ve ardından, kaydetme görevi olan belirli bir dizi vizyon veya psişik fenomeni deneyimler. Uygulama sırasında gözlerinin önüne gelen vizyonlar çoğu zaman çok harika olacak; ve bir süre sonra önünde gerçek "kişiler" bulacaktır; örneğin "güzel yüzlü parlak bir ışık meleği,*El Ganee."*

Öğrenci bu vizyonun göz kamaştırıcı ihtişamına bayılmadan katlanacak kadar saf olduğunda, "o zaman dünyevi maddenin tüm bilgisi ona verilecek, çünkü melek onun elinden tutacak ve onu ileriye götürerek ona harikaları gösterecek ve dünyanın dehşeti. İnsanın kötülükleri ve dehşeti açığa çıktığında ve sürekli olarak işlenen tüm kötülükler, uygar toplumdan gizlenen tüm zulüm ve sefalet gözlerinin önünde ortaya çıktığında, herkes bu korkunç yolculuğa dayanacak kadar güçlü değildir. dünyanın bağırsakları onun önünde açık! "

"Sonra, buradan, melek onu başka dünyalara veya göksel parlak varlıkların yaşadığı ve Yüce Olan'ın sırlarının onun zekası için açık ve kesin hale geldiği başka kürelere götürür. İlk başta gördüklerinden sadece bir kısmını hatırlayacak, ancak bir süre sonra, gördüklerini ve seyahatlerinde başına gelenleri zihninde tutabilene kadar, giderek daha fazlasını hatırlayacaktır. "

*El Ganee*hemen hemen şuna karşılık gelir:*Adonai*bahsedilen*Zanoni*.Bu bana göre ilginç bir pasaj, çünkü biraz sonra değineceğimiz "Eşik Bekçisi" meselesini ele alıyor. Bu, neofil ile inisiyasyonunun veya ilerlemesinin belirli bir aşamasında tanışan ve onu zihinsel olarak içinden geçtiği ve belirli olayları deneyimlediği mistik bir yolculuğa çıkaran mistik bir Varlıktır. Bu mistik varlığa, bu Eşik Muhafızı sorusuna, bu bölümde daha sonra geleceğiz.

Persler büyük ölçüde ateşe taparlar ve onların bu konudaki görüşleri hakkında birkaç söz söylemek istedim.*ateş*ilginç olabilir İçinde*Zerdüşt'ün Mesajı,*bu konuya ayrılmış bir bölüm var: "Neden
ateşi kutsal mı tutuyoruz?" Yazarın şöyle özetlediği beş altı neden vardır: *Birinci* Ateşe baktığımızda, yükseldiğini fark ederiz; asla aşağı doğru yanmaz, daima yukarı doğru yanar. bu*ikinci*Ateşe baktığımızda fark ettiğimiz gerçek, dört elementten en canlı olanıdır. bu*üçüncü*Bir yangına baktığımızda fark ettiğimiz gerçek, onun birleşme eğilimidir. bu*dördüncü*Ateşe baktığımızda fark ettiğimiz gerçek, dokunduğu her şeyi arındırmasıdır. Hiçbir şey lireyi kirletemez. Tam tersine, eğer ateş sürekli olarak yanarsa, o şey ne kadar necis veya ne kadar kirli olursa olsun, onun kavurucu yanığı sonunda tüm bu pisliği yok edecektir. bu*beşinci*Ateşe baktığımızda fark ettiğimiz gerçek şudur ki, durmaksızın hareket etmesiyle ve dokunduğu her şeyin doğasını sürekli değiştirmesiyle, evreni kaplayan ebedi değişimi görünür bir şekilde gösterir. Daha sonra,*Sonunda,*ateşe Tanrı'nın bir sembolü olarak bakın. İnsanın kalbini harekete geçiren tüm semboller arasında, yanına layık bir şekilde yerleştirilebilecek bir tane var mı?

Başka bir yazar diyor ki:

"Tanrı yakıcı bir ateştir. Evren yanıyor. Her şey alev alev. Bedenlerimiz alev alev yanıyor, Cehennemin kudretli ateşiyle yanıyor,TANRI.Evrendeki tüm hareketlerin nedeni bu ateştir. "

Ateşin ne olduğunu anladığımızda bu cümle netleşecek.*Alev*bir yanma türüdür; Ancak*sıcaklık*artan titreşim; ve siz titreşimi artırdıkça, kendisi de artan titreşime sahip bir düzlemde işlev gören daha yüksek etkinlik planlarıyla daha yakın temasa geçersiniz. Bir

maşayı ateşe koyduğunuzda, maşanın kızarmasının nedeni, maşanın moleküllerinin daha hızlı titreşmesidir; ve eğer ısıyı arttırırsanız, bu moleküller o kadar hızlı titreşirler ki, sonunda maşa artık katı kalmaz, sıvı ve sonunda gaz haline gelir ve buhar olarak dışarı çıkar; ve ölçekte ne kadar yükseğe çıkarsanız, titreşimsel aktivite o kadar büyük olur ve bu yüksek titreşimlere sahip aktivite düzlemine o kadar yaklaşırız. Ateşin Persler ve diğer ateşe tapanlar tarafından sembolik olarak bu kadar kutsal görülmesinin nedenlerinden biri de budur; —çok mantıklı bir doktrin.1

Ateş aynı zamanda İnisiyenin geçmesi gereken testlerden biridir. Geçmişte belirli sınavlardan veya inisiyasyonlardan geçti - bildiğimiz gibi su ile sınav, ateşle sınav, diğer unsurlar tarafından sınav; ve orta çağlarda bunlara sahiplerdi*Aslında*,—kişinin elini ateşe sokmasına ya da suyun altına koymasına neden oldular,—cadılara yaptıkları gibi; boğulsalar, batsalar masumdular; yüzerlerse suçluydular! Her halükarda mahkum edildiler! Yüzerlerse suçluydular; sonra tabii ki öldürüldüler. Batarlarsa masumlardı, ama o zaman öldüler, boğuldular. Simyanın -daha sonraki bir bölümde göreceğimiz gibi- zahiri, fiziksel veya apaçık bir yorumu olduğu ve aynı zamanda içsel, ezoterik bir anlamı olduğu gibi, ateş ve suyla yapılan bu testler de yakmak veya yakmak anlamına gelmiyordu. bir kişiyi hiç su altına sokmak; ama vardı*zihinsel*Ve*manevi*neofitin geçmesi gereken testler. (Maddi Ateşimiz, elbette, Ruhsal Aleve veya*Işık,*daha önce bahsetmiştim.)

Bunu açıklığa kavuşturmak için, aşağıdaki küçük hikaye açıklayıcı olabilir. Bu, bir kadın olan anlatıcının içinden geçtiği bir “su testi” ve bana göre oldukça aydınlatıcı.

Kendini bir teknede buldu. Bu teknede, kendisine yardım edebilecek ve güvenebileceği biri olduğunu hissettiği belirsiz bir figür vardı; ve eğer bu figür onu terk ederse büyük bir tehlikeye gireceğini hissetti.

[1]Clymer'a bakın:*ateş felsefesi,*Bu ilginç konuyla ilgili daha fazla ayrıntı için.

Bu teknede nehirden aşağı yüzdüler. Elbette korkuyordu; desteği için bu " figüre " güvendi. Şu anda yaşadığı deneyimi yazarken şöyle diyor:

' ' Burada şunu söyleyeceğim, bu varlığı hiçbir zaman belirgin bir şekilde görmedim ve zamanın bir kısmında görünmezdi, ama varlığını hissedebiliyordum. Bazen bir ışık olarak göründü; bazen loş. . . . Bazen varlığının ve düşüncelerinin çok farkındaydım ve diğer zamanlarda o konuşana kadar benimle olduğundan emin değildim. O hayatın gelgitleriyle uğraşırken başucumda gibiydi ama onu göremiyordum; şimdi varlığını zar zor hissedebiliyor ve onu göremiyordum. 'Elimi tut' dedim, 'beni bırakma' dedim, bu yabancı ülkede onu kaybetme ve sonra kendim de kaybolma korkusuna kapıldım. Tanrı'yı kaybetmiştim ve beni korkutan da buydu ve işlerin doğru olmadığını hissettim. Bütün bunlarda Tanrı'yı hissedebilseydim, korkmuş olsam bile, bu farklı türden bir korku olurdu. . . . Her an ortadan kaybolabileceği ve onu bulamayacağıma dair bir his vardı. Orası o kadar güzeldi ki daha fazla ışık diledim ama bunun yerine daha da karardı ve suyun aynaya benzeyen yüzeyi dalgalandı ve tekne biraz sallanmaya başladı. Kıyılardaki gölgeler garip şekiller aldı. Sonra sol kıyıda yükseklerde bir ışık büyümeye başladı; gölgeler ışığın iki yanında ayrıldı ve çarmıhta çarmıha gerilmiş Kurtarıcı'yı gördüm. Sonra gölgeler tekrar kapandı. ... Artık hava kararmıştı ve su gitgide dalgalanıyordu; gölgeler arasında hüzünlüydü, ama şimdi nehirden giderek daha geniş bir su kütlesine geçmiş gibiydik ve karanlığın içinden dalgalar belirdi. Korkunç bir önsezi beni ele geçirdi. Girdiğimiz yer ölümün gölgesi vadisi miydi ve şimdi daha da vahşileştiği okyanusta mıydık? biz yıkılana kadar? Tekne tehlikeli bir şekilde yalpaladı, ancak arkadaşım tek kelime etmedi. . . . Dalgalar yükseldikçe yükseldi ve büyük bir fırtına koptu ve kısa süre sonra kendimi suda buldum ve aşağı, aşağı, aşağı batıyordum. . . .

“Bütün bu korkunç deneyim boyunca yalnız görünüyordum; arkadaşımın varlığının bilinci yoktu. . . . Tam o anda kendi kendime 'Evet, ölmeye hazırım; Tanrı beni korusun!' bir duraklama oldu ve bilincimi kaybetmek yerine rahatladım ve fırtına durdu. . . . Ah, neşe! Arkadaşım teknede oturmuş, tıpkı ilk başladığımız zamanki gibi sakin sakin nehre

bakıyordu. . . . Ve sonra, neredeyse karanlık zamanların başında, muhtemelen rahatım için bana söylediği sözlerini hatırladım, 'Asla ayrılmayacağız!' Ne çabuk unutmuştum ve yalnız olduğumu hayal etmiştim! . . . Tekne beyaz kumsalda sıyrıldı ve sağlam karaya çıktık. Bunu bulmak çok rahatlatıcıydı.*deneme suyu*bitti. . . ."X

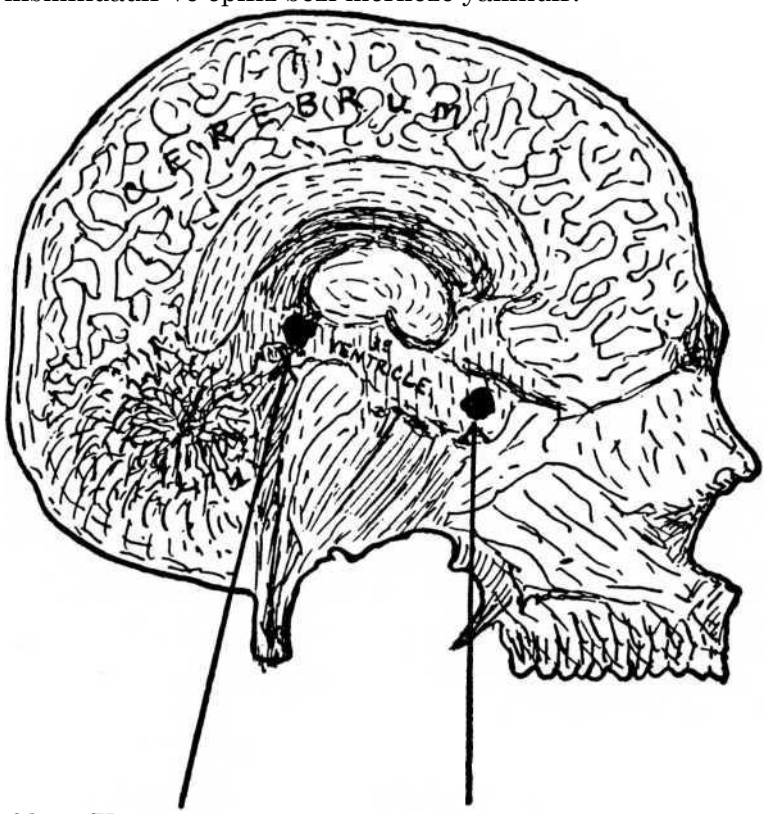
Bu, ruhun içinden geçmek zorunda olduğu inisiyasyon geçişini, çeşitli inişlerini ve deneyimlerini anlatan içsel, zihinsel veya psişik karakterli bir deneyimdir. Bu zorlu ve yıpratıcı deneyimler

i "Görünmeze Küçük Yolculuklar"—"Bir Kadının Dördüncü Boyuttaki Gerçek Deneyimi", M. Gifford Shine. Bu türden bazı ilginç deneyimler (ateş ve suyla yapılan testler) AM Irvine'in "Orlow Düşleri"nde bulunabilir.

ene'ler tüm mistikler ve belirli İnisiyasyonlardan geçen insanlar için ortaktır; ve bu en çetin dönem, -biz Işığı görmeden önce- ortaçağ mistiklerinin "ruhun karanlık gecesi" olarak bahsettiği - görünüşe göre hiçbir umudun yaşanmadığı, - hiçbir şeyin kazanılmayacağı, - her şeyin ayaklar altına alındığı bir dönemdi. sağlıklı ve umutlu olan ve henüz umut verici hiçbir şey gelmemiş olan hayattan. "Şafaktan hemen önce en karanlık"; ve bu mistik deneyimlerde bu çok belirgindir.

Bu mistisizm konusuyla ve bu içsel deneyimlerle ilgilenebilecek olanlar, bunların birçoğunun Bay JC Street tarafından kaleme alınan,*Eşiğin Ötesindeki Gizli Yol*,—ayrıca Tasavvuf üzerine yayınlanmış çeşitli kitaplarda.

Şimdi psişik gelişimle bağlantılı çok ilginç bir konuya geliyoruz ve bu,**EPIFIZ BEZIVEHIPOFIZ GÖVDESI**,ve gizli işlevleri. Epifiz vücut fizyolojik olarak kanalsız bir bezdir - vücuttaki dış ortama çıkmayan ve bu nedenle "kanalsız" olarak adlandırılan birkaç bezden biridir; ama vücudun beslenmesi, kan dolaşımı, büyüme, cinsel yaşam ve vücudun diğer iç işlevleri üzerinde derin etkileri vardır. Epifiz bezinin bu işlevleri artık fizyolojik açıdan oldukça iyi bilinmektedir; fakat bunların dışında, okült bilimde çok uzun zamandır öğretilen, bezlerin işleyişi ile ilgili bazı mistik ve okült fenomenler vardır. Hem epifiz bezi hem de hipofiz gövdesi beyinde - sözde "Aklın Mağarası" - bulunur - hipofiz gövdesi beynin alt ön kısmındadır ve epifiz bezi merkeze yakındır.



'fthütafY

3o

Okült bakış açısına göre, hipofiz bedeni, zihnin oturduğu yerdir.*zihinsel ilke,*ve bu beden ya da merkez aracılığıyla iradeye enerji verilir ve bu bir anlamda fiziksel ile fiziksel arasındaki köprü ya da bağlantı noktasıdır.
dünya ve manevi dünya. Fiziksel düzlemde bir yaşam gücü akışı olduğu düşünülen kan - prana- olduğu kadar, bu bezler -epifiz bezi ve hipofiz bedeni- tabiri caizse fiziksel ve ruhsal yaşam arasındaki kapılardır.ATMA... . Beyin-bilinci ile daha yüksek Spiritüel Benlik arasındaki temas noktalarıdır ve Yüce'ye götürür. . .
Epifiz bezinin, İç Ruhsal Duygu veya Duyum organı olduğu söylenir.

Dr. William H. Dower,*Yeni Başlayanlar İçin Okültizm,*diyor:

Epifiz bezindeki moleküler hareketler ruhsal durugörüye neden olur, ancak bu durugörünün Evrenselin alanını aydınlatması için, Hipofiz bedeninin ateşlerinin Epifiz bezinin ateşleriyle birleşmesi gerekir ve bu birleşme, altıncı ve yedinci duyuların var olduğu anlamına gelir. Bir olmak ya da başka bir deyişle, bireysel bilinç o kadar içe çekilir ki, en yüksek zihniyet olan Manas'ın manyetik küresi ve en yüksek ruhsal duyu olan Buddhi birleşir. Bu en yüksek Yogadır,*Madde ve Ruhun İlahi Evliliği,*veya*Aşk ve Bilgelik*.. . . Hermes ya da bilgelik şimdi Sevgi ile birleşmiştir - Venüs ya da Afrodit ve psiko-fiziksel düzlemde mükemmel dengeye sahip bir varlık ortaya çıkar - İlahi Hermafrodit ya da Androgyne. "

Madame Blavatsky, hipofiz bezinin işlevini ve epifiz beziyle etkileşimini veya bağlantısını tartışırken şöyle diyor:

"Bir adam normal durumundayken, bir usta, yaşam boyunca hiç durmayan kalp atışları gibi vücut merkezlerinde titreşen altın aurayı görebilir.
Bununla birlikte, bu hareket, durugörü yetilerini geliştirmeye yönelik anormal çaba koşulu altında yoğunlaşır ve aura güçlü bir şekilde titreşen veya sallanan bir eylem alır. Hipofiz vücudunun titreşimlerinin yayı, tıpkı elektrik akımının katı bir nesneye çarptığı zaman, akımın sonunda epifiz bezine çarptığı ve uykudaki organın uyandığı ve saf bir ışıkla parıldadığı gibi, gittikçe daha fazla yükselir.*akasik*ateş. Bu, fiziksel düzlemde sırasıyla metafizik kavramların somut sembolleri olan iki organın psiko-fizyolojik gösterimidir.*manas*Ve*buda*(alt zihin ve yüksek zihin). İkincisi, bu düzlemde bilinçli hale gelmek için, daha farklılaşmış ateşe ihtiyaç duyar.*manas,*ama altıncı his yedinciyi uyandırdığında, bu yedinci histen yayılan ışık sonsuzluk alanlarını aydınlatır; Kısa bir süre için insan her şeye kadir olur - geçmiş, gelecek, uzay ve zaman kaybolur ve onun için şimdi olur. Eğer bir usta ise, bu şekilde kazandığı bilgiyi fiziksel hafızasında saklamalıdır ve kara büyüye düşkünlük suçundan başka hiçbir şey onun hafızasını silemez. keşke bir*şela*(yani bir öğrenci), tüm gerçeğin yalnızca bazı bölümleri onun hafızasına yerleşecek ve bir zerre kadar pisliğin onu zihinsel veya fiziksel olarak lekelemesine asla izin vermeden yıllarca bu süreci tekrar etmesi gerekecek. tamamen başlatılan usta. "1

1918'de New York'ta İngiliz ve Kanada İşe Alım Misyonu'nun adli tabibi Yüzbaşı Ronald Strath (MD) bana birçok şey yaptığını söyledi.*yaz sonrası*Hinduların beyinlerini incelediler ve epifiz bezinin, neredeyse tüm durumlarda, Hinduların beyninde, ortalama bir Avrupalınınkinden neredeyse iki kat daha büyük olduğunu buldular.

Hipofiz gövdesi beynin merkezine yakın bir yerde bulunur ve epifiz bezi daha arkadadır; ve ikisi arasında bir tür köprü veya bağlantı vardır - yani bu köprünün üzerinden geçerken hayati, manyetik bir akımın etki etmesi gerekir - bu ikisini birbirine bağlar ve onları anlatılan mistik tarzda ilerletir. Ve göreceğiniz gibi, psişik merkezlerin uyanışına çok benzer.*çakralar*tarafından

Şimdi son sorumuza geliyoruz, yani.*T'nin Koruyucuları*- İnisiyasyonu arayan öğrenci ile içsel, zihinsel gelişiminin veya ruhsal gelişiminin bir aşamasında karşılaştığı belirli varlıklar arasındaki karşılaşmayı sembolize etmek için kullanılan mistik bir terim. (Eşik Muhafızı aynı zamanda "Sırların Bekçisi", "Duvar" ve "Yok Edici" olarak da bilinir.)

Son zamanlarda psikanaliz, yani rüyaların gerçek anlamına ve "içeriğine" doğrudan

ulaşmamızı sağlayan tamamen bilimsel bir psikolojik süreçle rüyaların analizi hakkında çok şey söylendi. Bir rüyadan hatırladığımız şeye rüya denir.*açık içerik,*ama bu sadece çok küçük bir yüzde*tüm*rüya; bu, sanki tüm rüyanın en üst ifadesidir ve ona rüya denir.*gizli içerik*,— yani, normalde asla ulaşamadığımız veya hatırlamadığımız, rüyanın altında yatan gerçeklik. ulaşmanın yolu

Epifiz Bezine konsantre olmak, Astral Bedenin projeksiyonunu kolaylaştırmak için kullanılan yöntemlerden biridir. Bu bağlamda, Oliver Fox'un şu iki değerli makalesine bakın:*Gizli İnceleme,*Nisan ve Mayıs 1920; "Epifiz Kapısı" ve "Pineal Kapının Ötesinde."bir rüyanın gizli içeriği hipnoz veya psikanalizdir - alt tabakalara inmek ve gerçek rüyanın kendisine ulaşmak için zihne yeterince derinlemesine dalmak - o zaman rüyanın her zaman anlamı olduğunu, her zaman öyle olduğunu anlayacaksın. ardışık, her zaman belirli bir düşünceyi ifade eder ve Freud'un dediği gibi, genellikle "bastırılmış bir arzu"dur.

O zaman neden hatırlamıyoruz*tüm*rüya? Psikologlara göre bunun nedeni,*sansür*rüyayı bütünüyle bastıran ya da bastıran. Nedir bu sansür? Tüm psikiyatrlar ve anormal psikolojiyle uğraşanlar, sansür hakkında -ne yaptığı, işlevleri ve eylemleri- hakkında çok küstahça yazıyorlar, ancak hiç kimse sansürün gerçekte ne olduğunu sorma cesaretini gösteremedi.*dır-dir*.

Bu sorunu, Boston'dan Dr. Morton Prince'e - editörü - önerdim.*Anormal Psikoloji Dergisi*, - ve bu bilimin Amerika'daki en tanınmış temsilcisi - ve gerçekten bilmediğini, ancak Sansürcünün bir "karmaşık" veya kendilerini bir şekilde oluşturan bir grup düşünce ve duygudan oluştuğunu varsaydığını söyledi. düşlerimizi sansürleme işlevini üstlenen bir beden ya da bir varlık!

Bir bakıma, "gökkubbedeki bir yıldızın" bu şekilde güçlenmesi, diğerlerinde bu yetilere hiç sahip olmaması düşünülemez! Okült bakış açısından, psikologların gerçeğin yalnızca yarısına sahip olduğuna ve onların "sansürcü" dedikleri şeyin, Eşik'in İlk Koruyucusu'nun zayıf, gelişmemiş tezahürü olduğuna inanıyoruz. sansürün yaptığı gibi. Eşik'in Küçük veya Birinci Muhafızı, düşüncelerimizin, duygularımızın, duygularımızın yarattığı bir varlıktır.*hayatları*, - ve bir anlamda denilebilir ki, bir*düşünce formu*kendi zihinsel faaliyetlerimiz tarafından var edilen. Biz ona hayat veriyoruz. Bu zihinsel bir Frankenstein'dır ve bu zihinsel Frankenstein, yeterince yaşamla donatıldığında, yeterli kişilik biriktirdiğinde, bazı mistik deneyimlerimizde karşılaştığımız şeydir, belli bir dereceye kadar ilerlediğimizde ve yeterince uzağa gitti.

Steiner, kitabında,*Başlatma ve Sonuçları,*öğrencinin Eşiğin Küçük Koruyucusu ile karşılaşmasını oldukça ayrıntılı bir şekilde anlatmış ve bu Eşik Koruyucusunun öğrenciye söyleyeceği kelimeleri tam olarak anlatmıştır. Söylediklerinin çoğu -aslında doğru olduğunu iddia etse de- kuşkusuz imge ve sembolizmdir, ama söylediği pek çok şeyi abartmıştır, hiç şüphem yok.

Bununla birlikte, Eşik Muhafızı'nın bir anlamda, okült öğrencinin daha yüksek görüşüne uyandırılan ve ifşa edilen bir astral form olduğu gerçeği kalır ve bu formla bu süperfiziksel buluşma, bu formla buluşmayı oluşturur. Eşik Muhafızı.

Annie Besant, üç tür "Eşik Muhafızı"ndan söz eder:*Birinci,*astral düzlemi insana karşı engellemeye çalışan elementaller.*Saniye,*kendi geçmişimizin düşünce formları - bunlar üzerinde düşündüğümüz Koruyucular.*Üçüncü,*en korkunç biçimlere sahibiz - bir insan sürekli olarak varlığının en alt parçasıyla özdeşleştiğinde ortaya çıkan biçimler. O zaman onda tuhaf bir değişiklik olur; insanın üst kısmı kendini alt kısmından geri çeker; ve ölümde, ölü fiziksel bedene ait olan yüksek düzeyde canlanmış astral ve mental bedenler kendilerini yeni fiziksel bedene bağlayarak sürekli ve her zaman var olan bir tehdit veya Nemesis oluştururlar; durumlarda, haklı olarak "Koruyucu" yerine Eşikte Sakin olarak adlandırılabilir!

Steiner diyor ki:

"Eşiğin Muhafızını fiziksel düzlemde görünür kılmak, daha az büyülü performanslardan biridir. Bunu mümkün kılmak için, özel türden bir dizi bileşenle birleştirilen ve karıştırılan

bir miktar sığla ile ince maddelerden oluşan bir duman bulutu üretmek gerekir. Sihirbazın daha derin gücü daha sonra dumanı şekillendirmek için uygulanır ve böylece bu maddeyi bireyin hala dengesiz karmasıyla canlandırır. Daha yüksek görüş için yeterince hazırlıklı olan kişi artık bu olağanüstü görüşe ihtiyaç duymaz, ancak bu hala dengesiz karmayı, gözlerinin önünde görünür, canlı bir yaratık olarak gören kişi, kendisini korkunç yan yollara düşme tehlikesiyle karşı karşıya bırakır. Eşiğin Koruyucusu, Bulwer Lytton tarafından romantik bir şekilde tasvir edilmiştir.*Zanoni.”*

Şimdi, bu daha önemsiz Eşik Koruyucusu, bu varlık, karşılaşıldığında, öğrencinin iç yaşamını gizleyen Peçe'yi çeker ve orada önünde iki yol görür, sağ ve sol - ki bu da iyi ve kötülüğe götüren şey - ve hangisini izleyeceğini seçebilir. Bu elbette semboliktir, ancak sembolizmin gerçeğin bir ifadesi olduğundan hiç şüphem yok. Elbette rüyalarımızda da aşağı yukarı aynı deneyimleri yaşıyoruz.

Bu şekilde yaratılan bu Varlık'ın, bahsedilen türde bir büyülü törenle nesnel ya da gerçek kılınabileceği söylenir. Aslında, somutlaştırmaya ilişkin en son bilimsel teorilerden biri, Cenova'dan Profesör Morselli tarafından ortaya atılan "Psiko-Dinamik Teori"dir ve başka bir deyişle, pratik olarak aynı fikirdir. Basitçe, trans halindeki medyumun bilinçaltının bir formu resmedip onu uzaya yansıtmaya muktedir olduğunu söyler - ve sonra bu düşünce-formu eterik maddeyle o ölçüde kendini giydirebilir veya örtebilir. çemberi oluşturanların duyuları tarafından görünür hale gelir; ve Prof. Morselli, bu teoriyi, savaş başlamadan kısa bir süre önce Avrupa'daki bilim adamları arasında geniş bir güven kazanan bir kitapta yayınladı. Böylece bu düşünce formunun -yaratılabileceğini kabul ederek-

Küçük Koruyucu'nun toplantısının bu ilk Başlangıcından geçtikten sonra, Eşiğin Büyük veya İkinci Muhafızı ile daha mistik karşılaşmaya gelirsiniz ve bu konuda kısa ve öz olarak çok az şey söylenmiştir. Steiner'in onun hakkında söylediği tek değer şudur:

"Birey, kurtulmak zorunda olduğu tüm bu nitelikleri tanıdığında, güzelliği insan dilinde tarif edilmesi oldukça imkansız olan yüce ve parlak bir form tarafından yolu durdurulur. Bu buluşma, düşünme, hissetme ve isteme organları, fiziksel bağlantılarında kendilerini o kadar gevşettiğinde, karşılıklı ilişkilerinin düzenlenmesi artık kendileri tarafından değil, kendisini artık tamamen fizikselden tamamen ayırmış olan yüksek bilinç tarafından yönetildiğinde gerçekleşir. koşullar. Düşünce, duygu ve irade organları, insan nefsinin kudretinin araçları hâline geldiler ve bunlar üzerindeki denetim gücünü fiziküstü bölgelerden uyguluyorlar. Böylece duyuların tüm esaretinden kurtulmuş olan ruh, şimdi İkinci Eşiğin Bekçisi tarafından karşılanır ve ona şöyle hitap edilir:

"'Sen kendini duyu dünyasından kurtardın. Süperfiziksel dünyaya yerleşme hakkını kazandınız. Bundan şimdi çalışabilirsiniz. . . . Şimdiye kadar sadece kendinizi özgürleştirdiniz, ama şimdi tüm hemcinslerinize bir kurtarıcı olarak gidebilirsiniz. Kendinizi benim biçimimle birleştirmeniz için açık olacak, ama henüz kurtarılmamış birinin olduğu yerde ben kutsanamam! . . . Zaten kazandığınız hortum güçleriyle, o dünyanın aşağı bölgelerinde kalabilirsiniz; ama daha yüksek bölgelerin kapıları önünde, cennetin önünde ateşli bir kılıçla Kerubimlerden biri gibi duruyorum, sürece girişinizi engellemek için duyu dünyasına uygulanmayan güçlere sahip olduğunuz için.Güçlerinizi bu şekilde uygulamayı reddederseniz, bunu yapacak başkaları gelecektir ve o zaman yüce bir fizikötesi dünya, duyu dünyasının tüm meyvelerini alacaktır. ama kök saldığınız topraklardan mahrum kalacaksınız. Soylulaştırılmış dünya kendini senin ötesinde geliştirecek ve sen oradan dışlanacaksın. O zaman senin yolun kara yol olsun, kendini kestiklerin ise beyaz yoldan yürüsünler.' ”

Tıpkı Kundalini gücünü tartışırken olduğu gibi, Havva, Yılan ve Cennet Bahçesi hikayesinin bir kısmının yorumunu bulduğumuz gibi; bu yüzden şimdi yorumlama zincirimizde başka bir halka daha keşfediyoruz - Bahçeden kovulma öyküsünün içsel, mistik

yorumu ve ateşli kılıçla Bilgi kapısını koruyan Keruvlar. Ezoterik ve mistik olarak bakıldığında, Yaratılış'ta anlatılan tüm hikayenin, yukarı doğru gelişme yolundaki ruhun belirli içsel çabalarının yalnızca dışsal bir anlatımı olduğu görülecektir.

Hıristiyan "Teslis" kavramı da eski Hindu yazılarından ödünç alınan sembolik bir kavramdır. Avalon şöyle der: “Tek bir Ruh vardır, o da
Tezahür Edilmiş Gücün Üçlemesi (Shakti) olarak üç kat görünür. Bu şekilde tezahür ederken, Bir iki yönlü hale gelir ve bu ikisinin ilişkisi, üçlü Üçleme'yi pek çok din için ortak kılar.*(op. cit.,*P. 190.) Ida ve Pingala'nın kaşların arasındaki boşluğa ulaştıklarında Sushumna ile Triveni adı verilen örülmüş üç katlı bir düğüm yaptıklarını ve burun deliklerine ilerlediklerini de hatırlamalıyız. Burada yine sembolik bir Üçlü Birliğe sahibiz.

Bünyan'ı okuyanlar*Hacı İlerlemesi*olarak hatırlayacaktır muhtemelen*hikaye;*ama eğer onu İnisiyasyon ve psişik, ruhsal gelişim açısından tekrar okursanız, bunun son derece aydınlatıcı olduğunu ve tüm bu sorulara büyük bir ışık tutacağını düşünüyorum.

BÖLÜM X

YOGA ILE OKÜLTIZM İLIŞKISI

WRŞimdi Yoga Felsefesi ve temel Yoga öğretilerinin bir özgeçmişini verdiler. Elbette bu bağlamda çok daha fazla şey söylenebilir. Örneğin, başlıklı bir kitabın tamamı*Doğanın İnce Kuvvetleri,*neredeyse tamamen sözde Tattvas'a veya eterlere adanmıştır; ve iki veya üç kitap nefes almaya ayrılmıştır. Daha yağlı birçok çalışma, bu Yoga uygulamalarını ciltler dolusu bir siklopediye genişletirdi - eğer biri bu kadar çok yer ayırmayı ve onlara çalışmayı seçerse. Ancak, önceki bölümlerde ana Yoga'nın adil bir özgeçmişini ve ana hatlarını verdiğimi düşünüyorum. öğretiler ve doktrin; ve şimdi bu Doğu öğretilerinin bizim Batılı bilim, felsefe ve "psişik" fikirlerimizle nasıl bağlantı kurduğunu veya bunlarla nasıl iç içe geçtiğini görmeye çalışacağız.

Daha önce de söylediğim gibi, üç ana okul var.**için**dünyadaki psişik eğitim, - *Yoga,*Hangi**Biz**uzun uzadıya düşündük; medyum ya da*psişik,*yani, önceki kitabımda tam olarak tarif edilmiş olarak bulunacak olan, burada, Batı'daki geleneksel eğitimimiz,*Psişik Güçleriniz: ve Nasıl Geliştirilir;*Ve**gizli yatıyorum,**- arasında bir tür "orta yol" olan**ben o**iki, - gerekli olduğu söylenen aşırı pasiflik ve olumsuz koşulların gerekli olduğunu iddia ettiği süreç**için**psişik ve medyum durumların gelişimi,**vardır**gerekli değiller ve faydalı değiller ve bence okültizm büyük ölçüde haklı. Yoga gibi, okült-

ism ve sihir arayışı*kontrol*fenomenler incelendi.

Her şeyden önce, bence Yoga uygulamalarının okült okulla nasıl bağlantılı olduğunu görmek ilginç olacak; ve okült öğreti ve büyü uygulamaları ile bunlarla bağlantılı çeşitli faktörlerin bir taslağını vermek; ve bir sonraki bölümde, bu Yoga uygulamalarının psişik gerçeklerimizle nasıl bağlantılı olduğunu göreceğiz ve bunların üretimini kısaca inceleyeceğiz. Son bölümde, "astral projeksiyon" yöntemlerinin, yani astral bedenin fiziksel bedenden gerçekte nasıl yansıtıldığının ve şimdiye kadar yazılmış ve bilinen her şeyin ayrıntılı bir açıklamasını vermeyi teklif ediyorum. bununla bağlantılı olarak şimdiki zaman.

Okültizm, dünya hakkında tamamen kesin bir görüşe sahiptir. Bir dini okulu vardır; kendine has bir felsefesi, teolojisi ve bilimi vardır. Okült bir felsefe, bilim ve sosyoloji, etik, estetik, bilim vardır; ve okültizmin bu yönüyle ilgilenebilecek olanlarınız, okült okulun öğrettiklerinin çok mükemmel bir özetini Dr. Papus'un yazdığı küçük bir kitapta bulacaklar.*Okültizm nedir?*Bildiğiniz gibi Dr. Papus, öldüğü sırada dünyanın en bilgili ve muhtemelen önde gelen okültisti olarak kabul ediliyordu. Kitabından, size ne öğrettiği hakkında bir fikir verecek bir veya iki cümle çıkardım:

“Okültizm, okült bilime dayanan teori ve uygulamaların, aydınlanma yollarının toplamıdır. Okültistler, insanı genel bir birlik içinde uyumlaştırılmış üç ilkeden oluşan bir şey olarak görürler. Bu ilkeler,—birincisi, yalnızca diğer unsurların ürünü ve desteği olarak kabul edilen fiziksel beden; ikincisi, astral beden, iki kez kutuplaşmış ve alt (fiziksel) ile yüksek (ruhsal) arasında birleştirici; üçüncüsü, ölümsüz ruh.”

Buradan astral bedenin, daha önce de söylediğim gibi, teozofi öğrencilerinin düşündüğünden biraz farklı bir şekilde ama aynı genel ilkeye göre madde ile ruhu birbirine bağladığını göreceksiniz.

Başka bir yazar şöyle demiştir:

Okültizm ile kastedilen, doğanın daha ince güçlerinin bilgisidir. Doğanın daha ince güçleri, genellikle insanın beş duyusu tarafından algılanmayan güçlerdir. İç, daha ince kuvvetler ile dış, daha kaba kuvvetler arasında keskin bir çizgi yoktur; aynı şekilde dış, maddi duyular ve iç, ruhsal duyular arasında; yavaş yavaş birbirine karışıyorlar.”

Bu noktada, ortalama sıradan insan tarafından belki de yeterince anlaşılmamış bir şeye dikkat çekmeliyim ve bu, bu dünyadaki tüm güçlerin görünmez, soyut olduğudur - asla hissedemeyiz.*direkt olarak*dünyadaki herhangi bir enerji. Görünürde en iyi bilineni olan kimyasal enerji bile özünde, içsel doğasında pek bilinmez.

biz sadece görüyoruz*Etkileri*dünyamızda bu güçlerin dış tezahürleri veya fenomenleri; ve dediğimiz şey*numen*,—şeyin içsel özünü— asla görmeyiz. Nasıl ki maddeyi asla gerçekten görmüyorsak ya da insanın ruhunu, yani "ruhunu" hiç fiilen görmediğimiz gibi, bu enerjilerin hiçbirini de asla görmediğimiz gibi; ve doğanın tüm numenleri bizim için görünmezdir ve zorunlu olarak öyle olmalıdır çünkü bu tezahürlerin ardında, ifadesi oldukları görünmez dünya vardır. Bu nedenle gerçeği asla göremeyiz - ve görünmeyen gerçektir! Şimdiye kadar yaptığımız her şey*Görmek*görünmeyenin ifadesidir, yani beş duyu aracılığıyla. Bununla birlikte, gerçekliği doğrudan ve doğru bir şekilde algılamanın yolları vardır, —*yani.,*fizikselüstü görüşle, daha yüksek görüşle veya basiretle. Durugörüye geldiğimizde, önümüzde olup biten fenomenlerin özünü, yani günlük hayatımızda hiç görmediğimiz "şeylerin gizli tarafını" gerçekten gördüğünü göreceğiz.

Sözde "bilinmeyen güçler" ile karşılaştırıldığında "fiziksel güçler"den çok söz duyuyoruz; ama aslına bakarsanız yok*bilinen*dünyadaki enerjiler. Kimyasal yakınlık, yerçekimi veya manyetizma gibi en yaygın enerjilerin bile en içteki özü hakkında kimse bir şey bilmiyor. Elektrik alın; elektriğin doğası konusunda büyük bir tartışma var. Tezahürlerinin çoğunu biliyoruz. Onu kontrol edebiliriz. Ama şeyin kendisinin en içteki doğası hiçbir zaman doğrudan bilinemez.

Okültizm, o halde, kusursuz biçimde tanımlanmış bir evren şemasına sahiptir. Görünmez dünyayla ilgilenir; ama uğraşıyor*direkt olarak*ve bilimsel olarak; - tıpkı bizim

bilim adamlarımızın mikroskopla, neşter ve teraziyle doğa olaylarını, - dış ifadeleri, - okült bilim adamlarının okült "mikroskop" ve "terazi" ve "bıçaklarıyla" araştırdıkları gibi. ", doğanın en içteki özünü araştırın. Geliştirilebilen belirli duyular, hakkımızdaki gizli dünyanın en içteki tarafını keşfedebilir. Okültizmin bu pratik yanı, okült bilimle bağlantılı bu çalışma,*büyü;*böylece bundan o sihri göreceksin,*çok,*korkunç bir şey değil, - korkunç bir şey değil - mutlaka "kara büyü" değil, süperfiziksel dünyanın bilimsel araştırmasıdır. A-*büyücü,*sihir yapan biri mutlaka bir kara büyücü değil, bir*adaçayı.*Başlangıçta bilge bir adamdı. "Büyü" uygulayanlar bilim adamlarıydı. Ama tabii ki, ortaçağ cahil aklının anlayamadığı harikalar yaratabildikleri için "büyücü" ününü kazandılar.

Emile Boirac, "Bilim ve Büyü" ilişkisi üzerine yazdığı kitabında*geleceğin psikolojisi,*291-3, diyor ki:

. . "Büyü" kelimesinin bilimsel araştırmacı için olduğu, ancak şimdiye kadar seslendirilmemiş bazı insan yetilerinin geçici olarak adlandırıldığı tamamen açıktır. ... Bilim ve sihrin birbirine zıt olarak görülmesi ve gerçekte birbirlerini avantajlı bir şekilde tamamlamaları çok üzücü. Kişi buna yalnızca iki yönde çalışarak ikna olabilir; çünkü bir yanda büyü fenomenlerinin düzenliliği fark edilecek, öte yanda doğa bilimlerinin ilerleyen büyüsel gelişimi görülecektir. . . .*Manyetizma, 'fiziksel büyünün' anahtarıdır; ya da iradeyle birleşen düşünce egzersizi, psikolojik büyünün anahtarıdır."*

Doğanın dış ve iç ifadeleri arasındaki farkın çok iyi bir örneği,*simya.*Bizim kimyamız, ortaçağ simyasının doğrudan bir uzantısıdır ve simya üzerine kitaplar okuyanlar, şüphesiz, ortaçağ simyacılarının yaptıkları deneylere rastlamışlardır. Farklı amaçları vardı. Biri "yaşam iksirini", diğeri "filozofun taşını" bulmaktı. Bir diğeri "cıvanın sabitlenmesi", diğeri ise tüm maddenin temelindeki tek elementti.

Bu sonuçlardan bazıları artık modern fiziksel ve kimyasal yöntemlerimizle bilimsel olarak kanıtlanmıştır. Örneğin, cıvayı katı halde dondurabilir, böylece o an için "sabit" kalabilir ve donmuş cıva ile çivi çakabileceğimiz bir çekiç başı yapabiliriz. Modern kimya pratik olarak, tüm çeşitli kimyasal elementlerimizin temeldeki tek bir elementin farklı tezahürleri olduğu sonucuna varmıştır; ve Sir William Crookes, elli yılı aşkın bir süre önce, adı önerdi.*protil*bu tek, altta yatan madde için.

Her şeyi altına çeviren felsefe taşı ve yaşam iksirini henüz bulamadık! Simya kayıtlarına bakarsak, simyacıların birçoğunun tabii ki kimyager olduğunu görürüz. Bu doğa alemini keşfediyorlardı. Ve sıradan okuyucu için simyanın anlamı buydu. Ancak simyacılar tarafından anlatılan tüm bu deneyler, inisiye olanlar için kimya ya da fiziksel madde araştırmaları anlamına gelmiyordu. Ezoterik olarak yorumlandıklarında, belirli inisiyasyonlar ve uygulamalar yoluyla ruhun keşfi ve ilerlemesi anlamına geliyordu. Nasıl mistik deneyimler kişinin kendini bulmasını, içsel doğasını geliştirmesini sağlıyorsa, bu "ruhun simyası" da aynı şeyi hedefliyordu.

Bay Redgrove, yaptığı çalışmada*Simya,*Bunu kitabın başında çok net bir şekilde belirtiyor:

Bu görüşe göre (bu, ezoterik görüş), adi metallerin altına dönüşmesi fenomeni, insanın kurtuluşunu simgeliyordu; Tanrı'nın lütfuyla kötülük ve iyiliğin gelişimi; ve bu kurtuluşun veya ruhsal dönüşümün gerçekleşmesi, 'yeni doğum' veya İlahi olanla birlik olarak bilinme durumu olarak tanımlanabilir."

Burada, görüyorsunuz, mistisizmle -çeşitli okullardaki tüm okült eğitimlerle- çok yakından temasa geçiyoruz. Ancak amaç baştan sona sembolik dilin altında gizlenmiştir.

başlıklı başka bir küçük incelemede*Sfenks'in Biddle'ı,*ana simya sembolizminin bir ifadesini ve aynı zamanda çok mükemmel bir özetini buluyoruz:

"Bu kitabı okuyup sembolleri üzerinde anlayışla düşünen kişiye büyük bir servet gelmiş olacak. Hayvanı kurban ederek, Mendes'in keçisini yenerek, Üç Dişli Mızrak'ın güçlerine sahip olarak, çarmıhtan gülü koparark, evrenin bilmecesini çözerek, anka kuşunun

küllerinden yeniden doğuşunu görerek, Büyük İş'i gerçekleştirerek, tapınağı inşa ederek. el ve çekiç sesi olmadan, metallerin dönüşümünü başardı, filozofun taşına sahip oldu, inşaatçıların reddettiği ama köşenin başı olan taşı yerleştirdi, sürekli hareket problemini çözdü, tüm varlığın yıldız falını yaptı , çemberin karesini aldı ve Büyük Sanatın ustası haline geldiğinde, zamanın, uzayın ve formun ve gerisinde ve içinde olan her şeyin gizemini zaman, uzay ve form aracılığıyla çözmüş olacak.

Bütün bunların anlamı ne? Son derece sembolik bir dil. “Hayvanı kurban etmek”, insanın hayvani tabiatı demektir. “Mendes keçisi” nedir? İnsan bir pentagram olarak temsil edilir, ayakları yere basar ve başı yukarıda zirveye dik bir şekilde yerleştirilmiştir, iki kolu uzatılmıştır. Tersine çevrilmiş bu figür, keçinin başıdır ve hayvanın maneviyattan üstün olduğunu gösterir. "Mendes keçisini fethetmek", ruhsal doğası nedeniyle hayvana karşı zafer kazanmaktır.

"Üç dişli mızrağın gücü" nedir? Yaşam, aşk ve zeka - üç katlı. “Çarmıhtan gülü koparın' '; bu ne anlama gelir ? Tüm bilinçli yaşam, maddi bir çarmıhtadır. Manevi kısım yönetici faktör haline geldiğinde, doğası gereği, kendisini dünyevi koşulların ve dolayısıyla çarmıhın yükünün üzerine çıkarmıştır.

Sfenks varoluşun gizemini temsil eder. "Küllerinden doğan anka kuşu" elbette geleneksel anka efsanesini simgeliyor - "ama aynı zamanda insanın ölümsüz ruhunun bedenin küllerinden dirilişini sembolize etmesi amaçlanıyor."

"Büyük İş", gerçek karakterin inşasıdır.
"Eller olmadan tapınağın inşası", maneviyatın içeriden inşa edilmesi anlamına gelir.
"Metallerin dönüşümü", karakterin daha kaba metallerden saf altına dönüştürülmesidir.
"Filozofun taşı" - gerçek - kendi iyiliği için doğru ve adil olana olan sevgi, tüm yaşamı ortaya çıkaran harika taştır. “İnşaatçıların reddettiği taş”, bu taşın ruhani doğasıdır.

"Sürekli hareket" - hayat sonsuz bir harekettir. Bu gerçeği anlamak, sürekli hareket problemini çözmektir, çünkü yaşam sonsuzdur. "Büyük sanat" - dünyevi arzulara hakim olduğu ölçüde onları yenen kişi, en büyük sanatı elde etmiştir.

“Zeytin Dağı” insanın kendi ruhundaki huzurun yeridir. Zeytin çağlar boyunca barışın gerçek simgesi olmuştur. "Kayıp kelimeyi geri kazanmak", bireysel benliğin tüm benlikle birliğini idrak etmektir - birliğin ne olduğunu ve onun dışında hiçbir şeyin olmadığını bilmektir.

"Tanrı'nın tarif edilemez adını telaffuz etmek", onunla tamamen bir olmaktır.*Bir*uyumsuzluğun gölgesi olmadığını. "1

Bu birkaç mistik yorum size simyanın içsel sembolizmi hakkında, yani ortaçağ boyunca ne hakkında yazdıkları hakkında bir fikir verecektir. Ortaçağ simyacılarının Yogilerle aynı şeyleri başarmaya çalıştıklarını görmemizi sağlıyor.

i '"düşük' veya 'dünya bilinci'nden ruhsal aydınlanma durumuna geçen kişiye 'dünyanın sonu' gelir ve buradan varlık görüşü 'dış'tan 'iç'e değişir. .* Böyle biri için 'binyıl' doğdu ve 'başkalaşım' gerçekleşti.'*Her çağın mistikleri olarak istler, azizler ve kahinler, hepsi farklı yollardan ve farklı araçlarla benliğin mükemmelliğine, ruhsal egemenliğin geliştirilmesine ve kozmik bilince ulaşılmasına ulaşmaya çalışırlar.

Ne yazık ki, elbette, sihir yozlaştı - tıpkı iyi olan her şeyin kötüye kullanılabilmesi gibi; ve sonra saf ve saf olan beyaz büyüden farklı olarak - karadan biraz daha az olan - kara büyü ve gri büyü ile birleşiriz.

KARA BÜYÜbazı dünyevi arzuları büyüsel yollarla, uygulamalarla elde etmeye koyulur. Sihirbazlar -insanlığın her zaman aradığı şeyi- aşkı ve parayı aradılar; ve bu iki amaca ulaşmak için çeşitli araçları vardı. Bir başkasının sevgisini elde etmek için, bazı "aşk iksirleri" ya da "filtreleri" uydurmuşlardı;*Sempati Tozu*ve diğer isimler. Burada bu müstahzarlardan birinin formülünü, aşk iksirini veriyorum.

“Eskilerin bilge adamları, aşk iksirlerinin değerini ve gücünü çok iyi biliyorlardı; ve orta çağlarda kullanımlarına ve erdemlerine dair işaretler buluyoruz; ama bugün erdemleri

gözden kaybolmuş gibi görünüyor - bu, Mısır mumyalaması gibi "kayıp bir sanat" haline geldi ve yalnızca burada burada, keşiş gibi yaşayarak eski bilgeliği tüm özüyle koruyan bir adam buluyoruz. mükemmel zafer Doğu'nun okült bilgeliğinde bilge olan bu adamlardan birinden şu formülü elde ettik (tüm bunlar eski bir kitaptan): "Etkili bir aşk iksiri hazırlamak için, aşağıdaki maddeler tam bir sessizlik içinde toplanmalıdır. , göklerin tepesindeki dolunayın ışığında:

Üç beyaz gül yaprağı.

“Üç kırmızı gül yaprağı.

“Üç unutma beni; Ve

Veronica'nın beş çiçeği.

' Bu şekilde taze toplanabilirlerse, çekicilikleri büyük bir güçtür. Onları toplayamayacağınız bir yerde yaşıyorsanız ve sadece ikinci elden temin edebiliyorsanız, mümkün olduğu kadar taze olarak temin edilmeli, ardından ay ışığında açılmalı ve içine üç damla parfüm damlatılmış su serpilmelidir. Yapraklarınızı ve çiçeklerinizi aldıktan sonra, onları cam bir kaba koymalı ve üzerlerine 295 damla temiz Paskalya suyu, yani Paskalya sabahı bir nehirden veya göletten toplanan su dökmelisiniz; sonra kabı bir ispirto lambasının üzerine koyun ve suyun kaynamasına izin verin. Bir saatin on altıncı kısmı için kaynatın. Gerekli süre kaynadığında, cam kabı çıkarın, içindekileri temiz bir şişeye dökün ve ağzını sıkıca kapatın. En az yirmi dört saat süreyle içindekilere hava girmesini önleyecek şekilde kapatın. Bu sürenin sonunda tıpayı açın ve kalbini güvence altına almak istediğiniz kişiye üç damla damlatın. Etki, doğru bir şekilde uygulanırsa, şaşmaz!”

Ama elbette "bir saatin on altıncı kısmını" hesapladığınızda -çünkü tam olarak bu süre kadar kaynatılması son derece önemlidir- bunun çok fazla dakika ve saniye kaynatmayı gerektirdiğini göreceksiniz. ve saniyenin küçük bir kısmı, dhd elbette bu, onu kaynatmanız için pratik olarak imkansız hale getirir.*Sadece*doğru zaman; ve formül başarısız olursa, "Ah, ama vermedin" derler.*açık olarak*Kaynatmanın tam zamanı!”

şimdi geldikCADILIK,Hangidır-dirbüyünün bir tür dalı ya da dalı - ve bildiğiniz gibi, Avrupa ve Amerika'da birkaç yüz yıl boyunca gelişti.

Cadıların, şeytanın dokunduğu ve onunla anlaşma yaptığı varlıklar olması gerekiyordu. Cadıların diğer insanları hasta etme, üzerlerine "büyüler" ve "lanetler" koyarak ve diğer şeytani yöntemlerle onların gerçekten solup ölmelerine neden olma gücü vardı. Ayrıca, fiziksel bedenlerini terk etme ve her yıl belirli bir gecede bir randevuya seyahat etme gücüne de sahiptiler.*Cadıların Şabatı.*Cadıların Şabatı dört yolun kesiştiği noktada yapılırdı; Bütün cadılar bir araya toplandı, şeytan bizzat ortaya çıktı ve Şabat başladı. Birçok ortaçağ kitabında bu fiziksel orjinin bir tanımını bulabilirsiniz. "Şabat Günü" birçok cadı tarafından, işkence altında bile en ince ayrıntısına kadar anlatılmıştı; ve son anlarında Şabat'ı gerçekten ziyaret ettiklerine ve anlatılanların gerçekten gerçekleştiğine yemin ettiler - ki bundan dolayı gerçekten de gerçekten yaşadıklarından pek şüphe duyamayız.*düşünce*orada olduklarını. Bu onların fiilen orada bulunduklarını söylemez; aslında, fiziksel bedenlerinin sıklıkla evde, yatakta yattığı kanıtlanmıştır; ancak öne sürülen doktrin, ruhları Şabat'ta seyahat ederken bazı "iblis cinlerin" bedenlerine girdiğiydi!

Astral bedenin fiziksel bedeni terk etmesini sağlayan bu transa benzer durumu güvence altına almak için cadılar kendilerini özel bir müstahzarla ovuşturdular.*Cadıların Şarkısı.*Hiç şüphesiz, derinin gözeneklerine batırıldığında, yaşadıkları zaman ve o dönemde geçerli olan inançlar tarafından renklendirilen, duyarsızlık ve halüsinasyonlara neden olan ilaçlar içeriyordu.

Bende bu cadıların merhemlerinden birinin formülü var. "Zehirli marul", baldıran otu, itüzümü, mandragora (Mandrake), haşhaş, banotu, yılan kanı ve vaftiz edilmemiş çocukların kanından yapıldığı söyleniyor! Bu formül şu adresten alınmıştır:*Leonardo da Vinci'nin Romantizmi.*Bu bedene sürüldükten sonra belirli bir büyünün söylenmesi gerekiyordu - ki bu şuydu:

“Emen hetan, emen hetan, palu baalberi astaroth,
"YardımUB!
“Agora, Agora, Patrisa,—
"Gel ve bize yardım et!"

Bundan sonra, bayılmaları ve Şabat'ı ziyaret etmeleri gerekiyordu.

O dönemde kullanılan "büyüleme" yöntemleri, tüm çağlarda geçerli olanlara tuhaf bir şekilde benziyordu; ve Eski Mısır'da, Çin'de ve Afrika'da - tüm dünyada - büyücülük tarihini okuyacak olursanız, "büyüleme" yöntemlerinin aşağı yukarı aynı olduğunu göreceksiniz. büyülemek istediğiniz kişiyi temsil eden küçük bir mum görüntüsü veya figürü oluşturun; sonra yavaş yavaş bu figürü ateşin önünde eritmek veya iğnelerle doldurmak ve bu heykel eritilirken veya iğnelerle delinirken, temsil ettiği kişinin hastalanıp ölmesi gerekiyor. Çağlar boyunca, hatta Avustralya'nın Buşmenleri arasında bile bulacağınız bir şey.

Hayti'de, Afrika'da ve Güney Amerika eyaletlerinde, zenciler arasında, hakkında çok şey söylenebilecek korkunç bir "Büyü" biçimi olan Voodoo'yu buluyoruz.

Avustralya ile anakara arasındaki su şeridi nedeniyle diğer tüm kabilelerden yüzlerce yıl boyunca tamamen kopmuşlardı.

"Büyüleme" için kullanılan diğer çok benzer yöntemler şunlardı: büyülemek istediğiniz kişinin bir resmi veya portresi veya fotoğrafı üzerinde çalışmak (bu yöntemler şimdi kullanılmaktadır), veya aynadaki bir yansıma veya gölgenin gölgesi. kişi. Bu gölge yöntemi, Hindistan'da Hinduların alt sınıfı tarafından çokça kullanıldığı söylenen bir yöntemdir.1

Bu kara büyünün bir kolu olarak, yani büyünün ve okültizmin kötü tarafı olarak, Satanizm pratiğimiz var - şeytana tapınma - ve bu da Paris'te, Malay'da uygulandığı söylenen Kara Ayin ile sonuçlanır. , Hindistan'da, New York'ta ve Londra'da.

Bu bağlamda, Paris'te bu kara ayinlerden birine katılan bir arkadaşımın bana anlattığı ve bunun kesinlikle doğru olduğunu iddia eden oldukça ilginç bir hikaye anlatacağım. Gözleri bağlı olarak bir dizi yer altı tünelinden geçirildi ve orada, bir evin alt mahzenine ulaştığında, oraya girmedi.

i Bu büyülere karşı koyma yöntemleri geliştirildi:Ban

balık tutma ritüelleri; nimetler; Namaz; şeytan çıkarma; tılsımlar ve Muskalar; çeşitli gizli uygulamalar; defne yaprağı, sarımsak vb. gibi bazı Bitkilerin kullanımı; Aşağıdaki formülün özellikle etkili olduğu söylenen yanan tozlar ve tütsü:

Saf şarap ispirtoları - %90 saf alkol: alkolde çözülmüş kaba kaya tuzu - her 8 oz'a bir çay kaşığı: Frankincense ve Myrrh, ayrıca karıştırılır ve çözülür. Bu bileşik karışımın yakılması gerekir.*ütü*kap ve tütsü - şeytan kovucu tarafından solunan ve odayı doldurmasına izin verilen duman benzeri duman. Özelliklerinde oldukça uyarıcı bulunacaktır.

Uzun bir masa yayılmıştı ve çevresinde gece kıyafetleri giymiş, yüzleri maskeli birkaç adam vardı. Hepsi masanın etrafında ayaktaydı. Aniden, odanın uzak ucundaki siyah perdeler aralandı; bir adam çıktı, sağ elini kaldırdı ve "O burada!" dedi. O anda arkadaşım kör edici bir ışık parlaması yaşadı ve bilincini kaybetti! Birkaç saat sonra iyileşti ve kendini yerde buldu. Odada başka kimse yoktu; acı hissetmiyordu, herhangi bir şekilde saldırıya uğradığına veya sersemletildiğine dair hiçbir bilgisi veya hissi yoktu; ama gerçek şu ki, o anda görünürde bir sebep yokken aniden bilincini kaybetmiş ve uzun süre baygın kalmış. Sonunda bu geçitlerden ışığa çıkmanın yolunu buldu ve kaçtı.

Tüm bunlarla ilgilenebilecek olanlar, bu tür deneyimlerin kayıtlarını AE Waite'in bir kitabında bulabilirler.*Şeytan İbadeti* ve bir, içinde
Fransızca, yazan M. Laneelin, başlıklı*Şeytanla Deneyimlerim*.

Şimdi okültizmin oldukça ilginç bir yönüne geliyoruz ve bu, kanın okült yorumu veya anlamıdır. Faust'un Mephistopheles ile anlaşmasını imzaladığında,*Faust*,—kendi kanıyla imzaladı— ve bu okült anlaşmaların çoğu için geçerli. İnsanlar arasında -belki de hurafe saikiyle- akdedilen pek çok "akt" da aynı şekilde imzalanır.

Ancak, gizli bilim orada olduğunu söylüyor*dır-dir*kanın içinde gerçek, okült bir ilke vardır, o sadece kimyasal bir bileşik değil, aynı zamanda bir*hayati öz*,—aslında eski bir deyişi kullanırsak “kan hayattır” ve eğer
bir kişinin kanını kontrol ederek onun üzerinde belirli bir etkiye sahip olursunuz; ve bu yüzden Mephistopheles, Faust'un kanını kullanmakta ısrar etti. Steiner, bu konuya ayrılmış kitapçığında şöyle diyor:

Okült bilim, eterik bedenin yediğimiz gıdaları hayati sıvılara dönüştürdüğünü ve astral bedenin bu hayati maddeleri, gıdaların vücudumuzun hammaddesi olması gibi, düşüncelerimizin hammaddesi olan duyarlı maddeye (düşünen madde) dönüştürdüğünü söylüyor. . Bu nedenle kan, insanın canlandırılmış eterik bedeninin dışsal bir simgesi veya ifadesidir - tıpkı beyin ve omuriliğin canlandırılmış astral bedenin ifadesi olması gibi. Tıpkı eterik bedenin maddi gıdayı canlı forma dönüştürmesi gibi, astral beden de bu yaşamsal özden, dış dünyanın kaba zihinsel resimleri biçimini alan bir dizi içsel deneyim sağlar. Bu içsel değişim eterik bedene yayıldığında,*kan*oluşturulmuş. Böylece kan, sezgi ve deneyimin iç dünyası ile şeklin dış dünyası arasında adeta ortada durur. İkisi arasındaki bağlantı halkasını oluşturur. Yaşam ve hafızanın onun içinde saklandığı söylenebilir. İnsan

yaşamının fiziksel ifadesidir. Bu nedenle, kim bir adam üzerinde güç ve hakimiyet elde etmek isterse, önce onun kanı üzerinde güç elde etmeli, onu etkilemelidir. Burada, her zaman "Kana gücü olanın sana da gücü vardır!" ' ”

Bu elbette bilim tarafından desteklenmiyor ama okült gelenek; ve onu değeri ne olursa olsun veriyorum, çünkü kesinlikle ilginç.

Kara büyü, elbette, belirli ruhların veya iblislerin çağrılmasına bağlıydı ve ilgilenenleriniz, formülleri, süreçleri çeşitli kitaplarda, özellikle de Bay Waite'in çalışmasında bulabilirler.*Kara Büyü ve Anlaşmaların Booh'u.*

Bu "iblisler" belirli sihirli sözcüklerle, törenlerle, uygulamalarla ve*işaretler*veya imzalar; bunları kullanarak ve bazılarını telaffuz ederek*Güç Sözleri*ve belirli törenlerden geçerek - bu iblisler veya kötü ruhlar, sihirbazın işini veya iradesini yapmak için çağrıldı ve emredildi. Çoğu durumda çağrılan varlıklar bazen kötü ruhlar ve bazen de "elementler"di - ki bunlar "temel varlıklar" ile karıştırılmamalıdır. Elementaller doğa ruhlarıdır; okült öğretiye göre onlar insan değiller ve hiçbir zaman da olmadılar; ancak elementerler, bir zamanlar insan olan, şimdi hayata "galvanizlenmiş" olanların atılıp atılmış astral kabuklarıdır. Doktrin, bir insanın öldükten sonra fiziksel bedeninden sıyrıldığı ve eterik olduğunu varsaydığıdır; ve bir süre sonra bu eterik beden sırayla atılır ve astral bedene çekilir ve bu eterik beden bir süre eterik dünyanın etrafında bir tür cansız kabuk gibi tekmeler, - sonunda parçalanmadan önce, tıpkı fiziksel bedenin parçalandığı gibi; ve bu eterik parçalanma sürecinde, bu beden, o an için içinde ikamet eden ve onu amaçları için kullanan diğer zekalar tarafından ele geçirilebilir ve manipüle edilebilir. Bu beden, - iddia edildiğine göre - seanslarda çok sık görünen, diğer ruhları taklit eden bedendir; ve orta çağların birçok efsanesinin ve geleneğinin temelidir.*kübi*Ve*succubi*ve bu dünyadaki varlıklara eziyet etmek ve onları "takıntıya sokmak" için geri gelen "iblis aşıkları" ve diğer yarı maddi ruhlar.-*vampir.*Özellikle Balkan ülkelerinde, öldükten sonra geri geldiği ve canlıların kanıyla yaşadığı söylenen “vampir” inancına bugüne kadar rastlayacaksınız. Mezarları açıldığında bu vampirlerin taze kanla dolu olduğu ve hiçbir şekilde çürümediği söyleniyor! Onları öldürmenin tek yolu kalbine bir kazık saplamak, kafasını kesmek ve sonra da cesedi yakmaktır!

Ölüleri çağırma süreci gerçekten ruh çağırmadır, büyücülüktür; ve bu, bir yandan psişik deneyden veya diğer yandan saf büyüden oldukça farklıdır - tıpkı büyücülük uygulamalarının günümüzün daha yüksek büyü, okült ve psişik uygulamalarından farklı olması gibi. Bu, bir gerçeğin, bir bilimin sapkınlığıdır ve tüm sihir ve okült doktrin, bir azınlığın uygulamaları nedeniyle kınanmamalıdır.

Okült öğretiyle bağlantılı olarak ilginç olan bir başka inanç da,PERILER.Bu çok geniş bir terimdir. Örneğin, "doğa ruhları" vardır - yeryüzünde yaşayan cüceler; ateşte yaşayan semenderler; suda yaşayan Undines; ve havada yaşayan heceler. Başka birçok peri türü de vardır. Bizim için "peri hikayeleri" elbette saf çocukluk hayallerini, - hurafeleri temsil eder; ancak bu bağlamda, Bay Wentz'in başlıklı bir kitap yayınladığını bilmek ilginçtir.

[1]Görmek*Göksel Damatlar*Theodore Schroeder tarafından - "Dinin Erotogenetik Bir Yorumu" olmak.

*Kelt Topraklarında Peri İnancı,*İrlanda, İskoçya ve Kuzey Fransa'da peri gördüklerini iddia eden yüzden fazla kişinin ilk elden vakasını topladığı. Bu ilk elden vakalar, bilimsel değerleri ne olursa olsun, kesinlikle çok merak uyandırıcı ve çok ilginç. Bunların dışında, tüm psişik ve okült geleneklerde olduğu gibi, pek çok peri masalının da belirli bir bilimsel temeli vardır.

Peri masallarını inceler ve analiz ederseniz, günümüz biliminin ışığında bizim için tamamen anlaşılır olan bazı faktörlerin olduğunu göreceksiniz. Örneğin, bir gecede ortaya çıkan ve tekrar ortadan kaybolan kaleler veya saraylar - ki bu,*Arap geceleri.*Kuşkusuz bu bir tür olumlu ya da olumsuz halüsinasyondu. Bir kişinin olan bir şeyi görmesine neden olabiliriz.*Olumsuz*orada, ya da ona neden olabiliriz*Olumsuz*olan bir şeyi görmek*dır-dir*Orası. Bir süjeyi hipnotize edin ve ona “O kitabı masanın üzerinde göremezsin. Diğer her

şeyi görebilirsin ama o kitabı göremezsin!" Uygun hipnotik durumdaysa, diğer her şeyi görebilir ama kitabı göremez; ve tam tersine orada olmayan şeyleri görecektir! Öyle ki, bu teoriye göre "peri", bazı insanların duyuları üzerinde bir tür büyü veya "büyü" yaratabilecek ve onların orada olmayan şeyleri görmelerine neden olabilecek; ve bunu sihirli değneği sallayarak ve diğer törenlerle - başka bir deyişle özneyi hipnotize ederek - yapabiliyordu.

Ayrıca, devler ve cüceler hakkında çok şey duyuyoruz - büyük varlıklar ve küçük varlıklar; ama günümüzün bilimi, her şeyi ilahlaştırarak, bu çok iri ya da çok küçük insanları, bazı beslenme kusurlarından muzdarip olduklarını söyleyerek açıklıyor - vücuttaki bazı bezlerin işlevleri bozuluyor ve bizde "gigantizm" denen sözde "gigantizm" var. - ve "cüceler".

"Uyuyan güzel" durumu, uzun bir trans halinden başka bir şey değildir. Pek çok peri masalında belirli zehirlerin kullanıldığı tespit edilmiştir. Nesnelerin belirgin bir neden olmaksızın hareket ettirildiği durumlar -örneğin, bir masanın üzerindeki nesnelerin kendi kendilerine veya bir yerden başka bir yere hareket ettirildikleri durumlar- bazı medyumsal seanslarla çok çarpıcı bir şekilde doğrulanır; Palladino.

Sir Oliver Lodge, masanın üzerindeki iki cam sürahinin yükseldiği, birbirine çarptığı ve görünür bir el onlara dokunmadan boş bir bardağa bir bardak su döktüğü ve havaya yükseldiği bir vaka verdi. sonunda bu bardak suyu içmesi için dudaklarına götürdü! Bu, elbette, peri masallarının çoğuna çok benziyor. Peri masallarında, insanların istedikleri zaman görünür ve görünmez oldukları, "görünmezlik şapkası" taktıkları durumlar da vardır ve bu yine bahsettiğimiz halüsinasyonlara çok benzer.,*-olumsuz*halüsinasyonlar. Bununla bağlantılı olarak, görünmezliğin bedeni çevreleyen esirin kontrol edilmesiyle üretildiğini gösteren bazı okült öğretiler vardır. Daha önce öğrenmiştik ki sadece*Görmek*belirli ışık dalgalarını yansıttığı için herhangi bir nesne; ve eğer bu ışık dalgalarına müdahale edilirse, yok edilirse, o nesne görünmez hale gelir; ve sihirbazın veya bu zamanlarda görünmez olan kişinin, bu eter titreşimlerini yok etme ve dolayısıyla istediği zaman görünmez olma okült gücüne sahip olduğu varsayılır.

Okültizmde, görünmezlik sigortası üretimi için - verilmiş olan - ayrıntılı pratik yönergeler vardır. İşte temel gereksinimler ve kullanılan formüllerin ana hatları.

Gereksinimler:

A. Gizleme örtüsü.
B. Büyücü.
C. Gizleme muhafızları.
D. Örtünün içine kalıplanacak astral ışık.
E. Sensa küresindeki sembollerin denklemi
tion.
F. Yüce Olanın Çağrışı; bar yerleştirme
astral form olmadan rier: uygun dua yoluyla belirsiz olan aynı giysi.
G. Görünmez olma fikrini açıkça formüle etmek;
kefenin fiziksel bedeni çevrelemesi gereken kesin mesafenin formülasyonu; su ve ateşle kutsama, böylece buharları kefen için bir temel oluşturmaya başlasın.
H. Zihinsel olarak bir kefen formüle etmeye başlama
operatör hakkında gizleme. Çalışmanın nedeninin ve amacının yüksek sesle onaylanması.

Bu hazırlıklar tamamlandıktan sonra asıl süreç, büyülü operasyon başlar. Gerekli operasyonu ustaca ve başarılı bir şekilde yürütmeye veya gerçekleştirmeye hazırlıksız olanlara bu karakterdeki genel bir kitapta verilmesi tavsiye edilmeyecek olan sürecin ayrıntılarına burada giremem. Sadece bazı sihir ve törenlerin yapıldığını, bazı mistik ve kutsal isimlerin söylendiğini, yoğun bir İrade çabasının gösterildiğini ve bunun sonucunda operatörün fiilen görünmez hale geldiğinin söylenmesi yeterlidir. kendi etrafında topladığı ve onu etrafındakilerin sıradan görüşünden etkili bir şekilde gizleyen karanlık örtüsü. Çok

benzer bir şekilde, bazı büyülü "dönüşümler" gerçekleştirilir - bu bize yine daha önceki büyücülük uygulamalarını hatırlatır,

Büyü, fenomenlerinin üretimi için iki faktöre bağlıdır: İradenin okült kullanımı ve astral bedenin projeksiyonu; yani "astral ışık" denen şeyin kullanılması. Bu astral ışık bir "ışık" değildir. Bu yanıltıcı bir terimdir. Gerçekte, izlenimleri alıp depolayabilen ve tutabilen akışkan, plastik bir madde anlamına gelir - böylece yaptığımız her eylem, düşündüğümüz her düşünce bu plastik "astral ışık" üzerine kaydedilir; ve belirli koşullar altında, burada yaşamış olanların eylemlerinin, düşüncelerinin, eylemlerinin ve sözlerinin bu astral ışıkta bıraktığı izleri veya resimleri yeniden okumak mümkündür. Bu nedenle, "kozmik resim galerisi" denen şeye sahibiz - yani bu dünyada yaşamış olanlar tarafından bu astral ışıkta bırakılan bir dizi resim veya izlenime sahibiz.

*"Astral Işık*bu araştırmalarda önemli olan faktördür. Modern kimyagerlerin "ışıyan maddesi" ve fizikçilerin "esiri" ile yakından ilişkilidir. Tanınmış bir Hermetik filozofa göre, "astral ışık evrensel plastik arabulucudur, hareket titreşimlerinin ve biçim hayaletlerinin ortak yuvasıdır." Aynı şekildeoDİbraniler ve bilgin Baron von Reichenbach; Hermes Trismegistus'un büyük Thelesma'sı. Bu gücün kontrolü, pratik büyünün büyük Gizemini oluşturur. Evrensel ışık Evreni mıknatısladığında buna astral ışık denir; metalleri oluşturduğunda Azoth veya bilgelerin cıvası olarak adlandırılır; hayvanlara ışık verdiğinde buna hayvan manyetizması denir. Astral dalgalanmalar atomların konumunu belirler veya onları nötralize eder. Dönüşümün sırrı burada yatıyor ve bu ajanı kontrol etme gücünü elde etmek Hermetistin ayrıcalığı haline geliyor." (*Sfenks Evi,*Henry Ridgely Evans tarafından, s. 66.)

Kara büyü üzerinde yeterince uzun süre durduk; ama bu, büyünün genellikle bilinen yönüdür. Şimdi bununla bağlantılı olarak birkaç kelime söyleyebiliriz.BEYAZ BÜYÜ,- saf büyü veya doğanın güçlerini iyi amaçlar için kullanma çabasıdır.

*Beyaz büyü*yardımcı dış zekalarla birlikte en yüksek güçleri kullanmaktan oluşur. Büyü boyunca, simyada olduğu gibi belirli bir sembolizm vardır. Sihirde, daire, lamba, kılıç, yağ, kitap vb. gibi belirli gereçler kullanılır. Size bu temel unsurların ve ayrıca ne anlama geldiklerinin bir listesini vereceğim. Büyülü gereçlerin hepsinin simyada olduğu gibi içsel zihinsel veya ruhsal olguları temsil ettiğini göreceksiniz.

bu*tapınak*dış evrendir. bu*daire,*büyülü törenler için yere çizilmiş, büyük eserin doğasını temsil ediyor. bu*altar*işin sağlam temelini ya da sihirbazın sabit iradesini sembolize eder. bu*bela,*the*hançer*ve*zincir*simyacının kükürtünü, cıvasını ve tuzunu sembolize eder ve bunlar yine belirli ruhsal niteliklerdir. Kutsal*yağ*sihirbazın arzusudur. bu*değnek*büyülü iradeyi, yani bilgeliği ifade eder. bu*bardak*anlayışı temsil eder - göksel yiyecek. bu*kılıç*her şeye nüfuz eden analitik yetidir. bu*beş köşeli yıldız*dünyevi besindir. bu*lamba*saf ruhun ışığını ifade eder. bu*taç*sihirbazın çalışmasının elde edilmesidir, nihai olarak gerçekleştirilmesidir. bu-*elbise*gizleyen odur. (Bu cübbe, sihirbazın derecesine göre değişir.)*kitap*bir sihir kitabıdır ve sihirbazın her düşünce ve eyleminin bir kaydıdır. bu*zil*alarm veren çağrıdır ve bu bağlamda teozofistlerin "astral çanını" hatırlamanız gerekir. bu*göğüs zırhı*veya*ezik*gücünün gizli anahtarlarını sembolize eder; ve sihir*ateş,*tütsü ile sembolize edildiği gibi, içine her şeyin döküldüğü şeydir. (Geçen bölümde ateşin büyülü özellikleri, yani ruhsal nitelikleri hakkında bir şeyler öğrendik.)

sihir arar*kontrol*fenomenler tarafından kontrol edilmek yerine. Bazı hazırlıklar gereklidir; ve en iyi hazırlıklar içeriden başlar. Deneyimli sihirbazlar size bir Yoga kursuyla başlamanızı söyleyecektir; bu kursla merkezileşmeyi, benliğinizi kontrol etmeyi, zihni sabit tutmayı, duruşu, dengeyi, dengeyi vb. öğrenirsiniz; ve sonra, kendi içinizdeki güçleri kontrol ettiğinizde, dışınızdakileri kontrol etme girişimine başlama hakkınız olur.

Beyaz büyü, Dr. Franz Hartmann tarafından "en yüksek bilim" olarak tanımlanmıştır. Daha önce de söylediğimiz gibi, yalnızca numenlerle, yani gerçeklerle, görünmez şeylerle

ilgilenir; ve yanılsama olan fenomenlerle değil. Ortodoks bilimi yalnızca fenomenler veya yanılsamalarla ilgilenir; bu nedenle okült bilim, bilgeliğin en yüksek bilimidir. Ruhun güçleriyle ilgilenir.

Erişmenin pratik amaçlarından biri, sihirbaz tarafından düşünce biçimlerinin yaratılmasıdır; ve hep ileri sürülen benzetme şudur: Sihirli bir fenerde ışık var, resmin çizildiği slayt var ve dış dünyada ekrana yansıtılan görüntü var. İnsan iradesi ışıktır, itici güçtür; zihinde tutulan zihinsel resim, slayttaki görüntüye karşılık gelir; ve dış dünyada yaratılan dış varlık olan düşünce formu, zihnin fiilen yarattığı şeydir; sihirli fenerdeki slayttaki görüntüye karşılık gelir. Bu şekilde, biçimlerin gerçekte olduğunu tasavvur edebiliriz.*yaratıldı*,—varlığa getirildi,—akıl gücüyle; ve burada, düşüncelerin görünüşe göre doğrudan irade gücüyle fotoğraf plakalarına basıldığı düşünce fotoğrafçılığı fenomenine değiniyoruz.

Sonuç olarak, düşünce fotoğraflarıyla ilgili sadece bir kelime. Tabii ki, ilk bakışta bizim için tasavvur edilemez.*Nasıl*düşünce uzayda var olabilir. Görebildiğimiz kadarıyla, kendi beynimizle, kendi düşünme organizasyonumuzun kapasiteleriyle yakından bağlantılıdır. William James'in ifadesiyle, "Düşünce nasıl olur da dünyada bağımsız bir değişken olarak var olabilir?" düşünceler mi*şeyler*,—"Yeni Düşünürler"in iddia ettiği gibi mi? Pekala, eğer bir düşünce fotoğraflanacak kadar nesnelse, beynin dışında, uzayda bir girdap ya da hareket yaratabiliyorsa - ve son araştırmalar bunu yapabileceğini gösteriyor gibi görünüyor (şüphesiz beynin moleküler eylemi yoluyla). sandığımızdan çok daha nesnel, çok daha "gerçek" olmalıdır. Düşünce-fotoğrafçılığı böylece "düşünce biçimlerinin" gerçekliğini kanıtlama yönünde çok ileri gitti.

Kesinlikle*hoiv*tüm bunların yapıldığını bilmiyoruz - muhtemelen vücuttan çıkan akışkan, hayati bir yayılımın aracılığı veya aracılığı yoluyla olması dışında. Bu hayati yayılım fiziksel bedenden değil de doğrudan eterik bedenden geliyor gibi görünüyor çünkü deneyler onun sinir pleksusları veya merkezleri ya da sinir uçlarıyla kesin bir bağlantısının olmadığını gösteriyor. Tüm bunlar bize düşüncenin çok somut ve çok gerçek bir şey olduğunu gösteriyor; ve ayrıca bizi daha iyi bilinen, ancak daha iyi anlaşılamayan psişik fenomenlerimizle doğrudan temasa geçtiğimiz noktaya getiriyor - ki bundan sonraki bölümde ele alacağız.

BÖLÜM XI

YOGA ILE "MEDYUMLAR" İLIŞKISI

BUGeçen bölümde Yoga'nın Okültizm ile ilişkisi ele alındı ve Yoga uygulamaları ile okült öğretimin gerçekleri ve yöntemleri arasındaki bağlantılardan bazılarını göstermeye çalıştım - Sihir, okültizmin pratik kısmıdır; ve bazı büyülü uygulamaları ve sembolizmlerini ele aldık ve bu Yoga yöntemleri ile okült doktrinler arasındaki bağlantıyı göstermeye çalıştık.

Şimdi Batı'nın bazı psişik fenomenlerini ele alacağız ve Yoga ile psişik fenomenler arasındaki ilişkiyi aynı şekilde izleyip izleyemeyeceğimize bakacağız.

Hatırlamamız ve anlamamız gereken ilk şey, çok net bir şekilde,*görünmeyen gerçektir*.Çoğu insan, eğer yapamazlarsa*Görmek*var olmayan bir şey - görünen şeylerle aynı anlamda gerçek değildir; ve tabii ki bizim bu duyu dünyamızda gerçek şeyler*vardır*görünür, aksi halde bizim için "gerçek" olmazlardı; ama eşit derecede gerçek olmalarına rağmen tamamen görünmez olan bütün bir gerçeklikler kategorisi vardır. Bence akılda tutulması gereken çok önemli bir nokta, bir düşüncenin granit bir dağ kadar gerçek olduğudur; bir duygu ya da his kadar büyük bir gerçekliktir. Görünür, elle tutulur, maddi bir şey değildir; ama bu bir gerçek.

Şimdi, materyalist doktrin, madde ve enerjinin dünyadaki tek şey olduğunu söylüyor; madde ve enerjinin etkileşiminin temeller olduğu

evrenimizin inşa edildiği; evrende madde ve enerji ve bunların etkileşimleri dışında gerçek olan hiçbir şeyin olmadığı. Ancak Huxley, kendisinin de söylediği gibi, evrende ne madde ne de enerji olan "üçüncü bir şey" olduğunu çok açık bir şekilde kabul etti - ve bu da*bilinç,*öyle ki insan zihni, her şeyden önce, görünmeyen ve yine de gerçek olan bir gerçekliktir. Ve bunu düşündüğümüzde, tüm gerçeklik, tüm gerçek, her şeyin "özü" görünmezdir; herhangi bir enerji hakkında gördüğümüz her şey onların*Etkileri,*—enerjiler görünmez kalır; ve daha önce gördük ki, madde yalnızca arkasında belirli gerçeklikleri temsil eden bir fenomenler yığını veya bir ifadedir. Yapılacak şey, duyularla yapamadığımız bu görünen perdenin arkasını, hakikatler âleminde görerek hakikate ulaşmaktır. Gerçeği duyularımızla değil, daha yüksek bir yeti aracılığıyla "hissediyoruz". Hayat kesinlikle büyük bir gerçekliktir ve yine de bizim için görünmezdir. Bu da bizi şu soruya getiriyor*yaşam ve ölüm.*

Biyolojideki en büyük sorunlardan biri, yaşamın doğası ve özüdür. Hayatın tam olarak ne olduğunu kimse bilmiyor.*dır-dir.*Thomas Edison hakkında anlatılan bir hikaye vardır. Bir keresinde çok materyalist bir Alman bilim adamıyla konuşurken o şöyle demişti: "Şimdi açıkladık.
pratik olarak evrendeki her şey"; ve Edison parmağını hareket ettirdi ve " Bunu neyin işe yaradığını bana söyleyebilir misin?" dedi. Ve Alman bilim adamı yapamayacağını kabul etmek zorunda kaldı!

Kaslar ve tendonlar tarafından kemiklerin hareketine ve bu kasları hareket ettiren sinir uyarılarına ilişkin tüm karmaşık teoriyi açıklayabilirsiniz; ama sinirsel dürtü ile onu hareket ettirme isteği arasındaki bağlantı noktasına geldiğinizde, köprü kuramayacağımız "aşılmaz bir uçurum" vardır.*irade*Görünüşe göre soyut bir şey ve sinir somut, fiziksel bir şey olduğuna göre, bu ikisi arasındaki köprü veya bağlantı nedir?

Bu, daha önce tartıştığımız, akıl ve maddenin karşılıklı ilişkisine ilişkin eski sorunun yalnızca bir yönüdür. Her halükarda ölümde, bu yaşam ilkesi bedenden ayrılmış gibi görünür. Materyalist teori, bir mumun alevi gibi sönmüş olmasıdır. Psişik teori, diyebiliriz ki, bu*geri çekilmiş,*ve bu iki teoriden hangisinin doğru olduğu bir gerçek meselesidir; söndü mü, geri mi çekildi; ve çok önemlidir, çünkü biri yok olmaya götürür, diğeri etmez. Bir teoriyi diğerinden çok destekleyen herhangi bir gerçek var mı?

Bilincin geri çekildiği ve sönmediği sonucuna işaret etme eğiliminde olan çok sayıda gerçek vardır. Bu gerçeklerden en ilginçlerinden bazıları şunlardır: Bir dizi deney göstermiştir ki
bize göre ölmekte olan bir insan ölüm anına kadar şuurlu olabilir; bilinç, akıl son derece açıktır ve birey son saniyeye kadar ölmenin bilincinde görünmektedir.

Şimdi, eğer bilinç yok ediliyorsa, bilincin kendi yok oluşunu algılayabilmesi düşünülemez; ama tam tersi olsaydı,*geri çekilmiş,*geri çekildiğinin bilincinde olabileceğini anlayabiliriz. Yine, ölmekte olan insanların, görünüşe göre kendilerine gelmiş olan ölü akraba ve arkadaşlarının vizyonlarını gördükleri sözde "ölen vizyonları" vakaları vardır - ölen kişi, bazı durumlarda, insanların ne olduğunu bilmeden. gerçekten ölü olduklarını gördüler, gerçi gerçekte öyleydiler.

Ölüm anından sonra da -hepimizin bildiği gibi- birçok psişik tezahür gerçekleşir. Ölmekte olanların hayaletleri vardır -bireylere çok uzaklardan görünen hayaletler; ve ölümden sonra, bu bireysel bilinç görünüşe göre geri gelebilir ve "psişikler" veya "medyumlar" olarak bilinen bazı özel bireylerin aracılığıyla "yaşayan" bizlerle iletişim kurabilir.

Burada şu soru sorulabilir; Bu tür bir iletişim bir gerçekse, neden bu kişi geri dönemez?-*mef*Bir medyum aracılığıyla geri gelebiliyorsa neden bana geri dönmüyor? Bu, basitçe "Elektrik neden bir tahta çit değil de bir bakır tel boyunca hareket eder?" Çünkü biri "kondüktör", diğeri değil. Psişik, psişik enerji için bir iletken olur. Bu da ortaya atılan başka bir itirazın cevabıdır: neden Fransa'daki askerlerden daha fazla haber gelmedi?

Binlerce ruh görünmez dünyaya fırlatıldı; neden daha fazlası gelmedi Her şeyden önce,

bildiğimizden daha fazlasının geri geldiğini düşünüyorum; ve kitabımda,*Psişik Olaylar ve Savaş,*Bu karakterde çok sayıda vaka topladım - iletişimler, hayaletler vb. Bu türden çok sayıda vaka*yaptı*meydana gelmek. Ancak, vakaların olduğunu varsayarsak,*nispeten*nadiren, cevap şu ki, iletişim kurmak isteyen herkes*olabilmek*iletişim. Manevi dünyadan mesaj gönderme yeteneği, onları alma yeteneği kadar nadir olabilir. Mesaj göndermek için biraz psişik kapasiteye sahip olmanız gerekebilir. Ne kadar özlerseniz özleyin, her durumda, hatta çok nadiren iletişim kuramazsınız.

Bu şuurlu varlık, insandaki ölümden sonra var olduğu anlaşılan bu “bir şey” ahirete geçtikten sonra, ahiret hayatının mahiyetinin ne olduğu sorusu ortaya çıkar ve bu ciltler dolusu konu olmuştur! Spiritüalist literatürün eleştirisi sık sık duyulur, "Eğer geri dönen ruhlar varsa, bize sonraki yaşam hakkında faydalı bir şeyler söyleyebilmeliler!" Bu itirazı yapanlar, kural olarak, ruhlar dünyasının doğasını tam olarak, en ayrıntılı taslağıyla veren düzinelerce ve düzinelerce cilt olduğunu bilmezler. Ne yazık ki, bu ciltlerin çoğu temelde aynı fikirde değil; ve bu "iletişimcilerin" çoğu durumda basitçe kendi görüşlerini, kendi önyargılarını ve inançlarını verdiklerini düşünerek, onların bir tür gerçekliği temsil ettiklerini ancak varsayabiliriz.

Bir sonraki yaşam kesinlikle bir tür zihinsel dünyadır; ve rüyalarımızda yaşadığımız zihinsel bir dünya yarattığımızı ve çok büyük ölçüde kendi çevremizi yarattığımızı biliyoruz. Şimdi, bir sonraki dünya, içinde zihinsel çevremizi yarattığımız "rasyonelleştirilmiş bir rüya dünyası" olarak adlandırıldı; şeyleri yarattığımız gibi, büyük ölçüde istediğimiz gibi görürüz. Sonuç olarak, inandığımız ve yarattığımız şeyleri görürüz, ta ki aslında yaptığımızın farkına varana kadar.*vardır*yaşadığımız dünyayı yaratmak.

Bu doğru olsaydı, bize bu mesajlar arasındaki anlaşmazlığın doğasını büyük ölçüde açıklardı. Birçok ruh geri gelir ve reenkarnasyonun doğru olduğunu söyler. Birçoğu geri gelip bunun doğru olmadığını söylüyor! Muhtemel açıklama, bunun doğru olduğunu söyleyenlerin buna inanması, doğru olmadığını söyleyenlerin de inanmasıdır; ikisinin de çok fazla deneyimi yoktur ve sonuç olarak yargımızı tamamen başka gerçeklere göre oluşturmalıyız.

Elbette, "ruhların" geri gelip gelmediği sorusu, dogma, tartışma ya da önyargı ile değil,*hakikat;*ve sık sık şu noktaya değindim: Bir doktrin olarak Hıristiyanlık, bir*psişik fenomen*,—Mesih'in dirilişi;— herhangi bir söylenti veya herhangi bir otorite üzerine değil. Aziz Pavlus'un kendisi, “Mesih dirilmemişse, o zaman bizim öğretimiz boştur; o zaman senin inancın da boş mu?" - buradan Hıristiyanlığın psişik bir fenomene dayandığını görüyorsunuz, - bugün gördüğümüz türden bir şey.

Bununla birlikte, bir sonraki dünyanın doğasına dönmek için. Teosofistler çok net bir görüşe sahipler. Bir "astral" alem olduğunu ve bu astral alemin üç sınıf varlıktan oluştuğunu belirtirler:*ölü*,— yani insan ruhları;*insan olmayan*,—hayvanların astral bedenleri—ve “elemental öz” vb.; ve*yapay dünya*,—bilinçsizce oluşturulmuş elementler,— insan yapayları, koruyucu melekler, vs. Bu astral dünya birçok başka fenomen sunar; aslında, "psişik fenomenlerin" çoğu astral aktiviteye indirgenir.

Teosofi öğretilerine göre bu dünyanın üzerinde zihinsel veya Devachanik plan vardır; ve bu, bir tür manevi yaşamın geleneksel kavramlarına daha çok karşılık gelir - ortodoks cennete değil, zihinsel veya ruhsal bir duruma. Bu Teosofik öğretiler, birçok açıdan, bir insan öldükten sonra, daha önce olduğu gibi tamamen aynı varlık olduğunu, yalnızca farklı bir ortamda ve değişen güçlerle olduğunu söyleyen spiritüalist doktrinden oldukça farklıdır. kapsam; ve o andan itibaren kendi içsel çabalarına göre az çok hızlı bir şekilde ilerlemeye devam ettiğini. Ona dağıtılan hiçbir dış adalet yoktur; tüm ilerlemenin tamamen kendisine bağlı olduğunu; yavaş yavaş ilerleyecek; reenkarnasyon yoktur; ve sonraki dünyanın tüm ahlakı, onun ahlakı,

Çoğu şüphesiz yeterince tanıdık olan farklı psişik fenomen türlerini -telepati, durugörü, duruişiti, hayaletler, perili evler, her türden fiziksel fenomen, medyum fenomeni vb. Bu

tuhaf olguları Yoga öğretileriyle, onların doktrinleriyle nasıl ilişkilendireceğiz? Batılılar tarafından bilinmeyen temel bir temelleri mi var? Herhangi bir sıradan medyumu sorgularsanız, muhtemelen şöyle diyecektir: ''Bilmiyorum*Nasıl*bu fenomenler üretilir. Belli bir duruma girdiğimi biliyorum; belli sonuçlar oluyor.*Nasıl*üretiliyorlar, bilmiyorum."

Okültist iddia ediyor ki*sahip olmak*altta yatan nedenler hakkında çok iyi bir bilgi; Yoga öğrencisi de aynı şeyi söyleyecektir. Tüm bu vakalarda epifiz bezi ve hipofiz bezi bilinçsizce uyarılmış mı? Ya da psişik tarafından bilinmeyen kundalini'nin kısmen uyanmış olduğunu? Bu tam olarak Swami Vivekananda'nın söylediği şey*dır-dir*neden. O yazıyor:

"Normalde doğaüstü güç veya bilgelik olarak adlandırılan şeyin herhangi bir tezahürünün olduğu her yerde, bir*biraz*sushumna'ya giden yolu bulan kundalini akımı. "

Şüphesiz bu gerçeğe bağlı olarak (ki*Kundalini*bazen konunun bilgisi olmadan kendiliğinden ortaya çıkar) birçok ilginç ve zahmetli psişik fenomen vakası vardır. Bunun güzel bir örneğini şu adreste görmek mümkündür.*davalar*American SPR, Cilt 13, Kısım 2'nin - "A Case of Incipient Obsession" başlığı altında bir vakanın yayınlandığı yer. Kendi deneyimlerini ve hislerini yazan "özne" şöyle diyor:

Sorunun tam olarak ne olduğunu biliyorum. Bu bir*sıvı*—vücudun alt merkezinde uygun yer—evini çok kolay terk ediyor—onu burada tutmak beni zorluyor*nefes almak*belli bir şekilde. "Akışkan" dışarı çıkıp kafamın içine girdiğinde, beni deli etmeye yetiyor. Gergin gücüm kısa sürede tükeniyor. . . .' "

Doktor Hyslop, bu öznenin kendi içsel deneyimlerine ilişkin yaptığı açıklamaları bir dizi mektupla özetleyerek şöyle diyor:

"İlk olarak, o (denek), onu 'solar pleksus' konusunda rahatsız ediyormuş gibi görünen bir tür 'sıvı'dan bahsetmişti - gerçi o terimi kullanmadı. O

sadece ellerini bağırsaklarına ya da midesinin alt kısmına bastırdı ve zaman zaman bu 'sıvıyı' adeta hissedebildiğini, yuvarlanıp koştuğunu gösterdi ve bu onun ya da midesine girdiğinin bir işareti gibi görünüyordu. açıkladığı gibi vücuttan çıkıyor. Sol tarafında beden dışına çıkışından sık sık bahsediyordu ve bu duyguya anlatılan duyumlar eşlik ediyordu. Ayrıca sık sık 'omurgasında yukarı ve aşağı' duyumlar hissettiğini ve başının üstünde biraz sol tarafa doğru çeken teller, teller veya kordonlar gibi bir şey olduğunu belirtti.

Bu bağlamda, bu öznenin belirli bir dönemde kendi içinde çeşitli "sesler" veya "sesler" duyduğunu da belirtmek ilginçtir - elbette bir dereceye kadar Tanrı'nın Sesi'ne benziyor. Nada, yukarıda bahsedilen.

Bu, bu psişik fenomenlerin aynı temel psişik enerjiye bağlı olduğu anlamına gelir; bu enerji bedene girmiş, bedende dolaşan bu psişik akımları başlatmış ve tüm bu fenomenleri başlatmıştır. Bedende teorik olarak -okült öğretiye göre- farklı şekillerde dönen veya dolaşan belirli enerji "akımları" vardır. Mistikte, saat yönünün tersine, kum saati şeklinde döndükleri söylenir - baştan, kalpten ve solar pleksustan aşağı ve sağ tarafta yukarı ve boyunda çaprazlama; oysa okültistte saat yönünde dönerler; ve bu enerji girdapları içinde, kafada ve kalpte duruma göre saat yönünün tersine veya saat yönünde dönen küçük daireler veya girdaplar da vardır.

Bununla birlikte, Üstad'da -bu iki aşamadan da geçmiş olan kişide- baş, kalp ve solar pleksusta kum saati tarzında dönen yalnızca tek bir enerji akımı vardır ve içsel enerji yoktur. hiç enerji girdapları; hepsi ana akım tarafından emilir. Vücutta dolaşan, bazı astral merkezleri harekete geçiren ve onları harekete geçiren bu psişik enerji, o halde, bu psişik güçlerin çoğunun temel nedenidir.

Psişik fenomenlerimizin birçoğunun astral bedenin faaliyetine bağlı olduğunu unutmamalıyız. Durugörünün astral gözlerin etkinliğine bağlı olduğu söylenir; astral kulaklarda basiret vb. Ve fiziksel olgular, astral bedenin faaliyetine ve bu enerjinin uzaya yansımasına bağlıdır.

Daha önce de belirttiğim gibi, birçok psişik araştırma alanında tüm dünyanın önünde olan Fransız deneyciler, dedikleri şey üzerinde birçok yararlı deney yaptılar.*duyarlılığın dışsallaştırılması,*Ve*tahrik kuvveti*,—yani, duyusal güç ve motor gücü. Hareket ettirmek için elimi bir kibrit kutusunun üzerine koyarsam, ona dokunmam gerekir. Bununla birlikte, ben bir medyumsam ve elimi kibrit kutusundan yarım inç uzağa koyarsam ve sonra*irade*kutunun taşınması gerektiğini, gerçekten*dır-dir*hareket etti - teori, bu durumda, parmaklarımdan, parmaklar ve kutu arasındaki boşluğu kapatan bir enerji yansıtabiliyorum - ve böylece onu gerçekten hareket ettiriyor. Hareket ettirici gücün izdüşümü budur.

Öte yandan, parmağımı batırırsam, sadece parmağıma dokunulduğunda hissederim; ama duyarlılık bedenin ötesine yansıtıldığında -bazı derin hipnoz ve trans durumlarında olduğu gibi- o zaman yarım inçlik bir boşluk açabilirsiniz.*itibaren,*parmak ve onu hissedeceksin; ve bu, Albay de Rochas ve diğerlerinin deneylerinde o kadar ileri gitti ki, astral bedeni tamamen fiziksel bedenden çıkardılar ve bir kenara koydular - hisseden beden, duygu bedeni; - ve uzayda orijinal fiziksel bedenden belki beş fit uzakta olan bu bedeni iğneleyerek, astral bedendeki her iğne, dediğimiz gibi, "yansıdı" veya orijinal, fiziksel bedende, nerede olursa olsun hissedildi. iğne astral bedende yapılmıştır. Bütün bunlar, elbette, cadının bir köpeğe veya kediye dönüşmesi gereken "büyücülük" fenomeniyle çok çarpıcı bir benzerlik taşıyor; ve o köpek ya da kedi vurulursa ya da bir gözü çıkarılırsa, ertesi gün cadı bir gözü dışarıda bulunursa, - "yankı"! Çarpıcı bir benzerlik, ilginç ve ilginç.

Şimdi konuya geldiğimizde*mekanizma*Bu psişik durumların çoğu hakkında -bunların tabi oldukları kanunlar hakkında- çoğu durumda gerçek gerçekler hakkında çok az şey biliyoruz. Örneğin, basiret. Bay Leadbeater, yaptığı çalışmada*durugörü,*Basiretin kolaylaştırıldığı veya mümkün kılındığı beş ana yöntemi özetlemektedir. bu*Birinci,*ona göre, bir tabiat-ruhunun yardımıyladır. Bu, çağrışım veya çağrı yoluyla yapılır; ruh uzaktaki sahneyi görür ve operatöre olanları bildirir. A*ikinci*teori "bir astral akım aracılığıyla"dır. Bununla bağlantılı olarak şunları söylüyor:

"Bu yöntemi benimseyen öğrencinin gerçekte yaptığı şey, bir akımı harekete geçirmekten çok,

astral maddede, onun aracılığıyla bir tür geçici telefonun kurulması gibi. Burada astral fizik hakkında kapsamlı bir inceleme yapmak imkansızdır. Söylemeye ihtiyacım olan tek şey, astral maddede, titreşimleri iletmek için bir telefon kablosu görevi görecek kesin bir bağlantı hattı yapmanın mümkün olduğudur. görülen. Bu," diyor, "bir irade çabasıyla gerçekleştirilir ve bu sayede eterin tüm atomları etkilenir ve bir süre eksenleri birbirine paralel olacak şekilde tutulur, böylece bir tür geçici şekil oluştururlar. durugörünün bakabileceği tüp. "

Bu özel durugörü türünde, resim çok küçük ve çok renkli olarak görülür, söylenir - sanki biri bir teleskobun yanlış tarafından bakıyormuş gibi; sonra, bir irade çabasıyla büyütülür ve incelenebilmesi için " yukarı kaldırılır ".

bu*üçüncü*Durugörü biçimi, bir düşünce formunun yansıtılmasıdır - bu yansıtılan, uzak bir yere seyahat etmek, neler olduğunu görmek ve projektörüne geri dönmektir. şuna çok benzer:*dördüncü*yöntem, yani astral bedende seyahat etmektir. bu*beşinci*yöntem zihinsel bedende seyahat etmektir.

Bütün bunlar basiret ile ilgilidir*boşlukta;*ama çeşitli kehanet türleri vardır - büyük mesafelerin kahinliği; basiretin büyütülmesi,—çok küçük nesnelerin ortaya çıkarılması; Görünüşe göre katı bir nesnenin içinden baktığınız X-ışını durugörü; vb.1

Anlıyorum*Psişik Güçleriniz: ve Nasıl Geliştirilir?*çeşitli basiret biçimleri ve gücün genellikle nasıl geliştirildiği hakkında ayrıntılar ve tartışma için.

Artık bizim de basiretimiz var*zaman,*görünüşte belirsiz süreler için zamanın akışında geriye yolculuk ettiğinizde ve kendinizi ileriye doğru yansıtabildiğinizde ve ne olacağını görebildiğinizde - bu önsezi veya önsezi veya önsezidir. Geleceğin herhangi bir şekilde bizim tarafımızdan bilindiğini nasıl tasavvur edebiliriz? Görünüşe göre yarın ya da gelecek yıl olacakların görülebileceği düşünülemez. Geleceğin gerçek öngörüsünün açıklanabilmesinin tek yolu, bazı filozofların yaptığı gibi, geleceğin bir anlamda zaten var olduğunu varsaymaktır ve bu, şu benzetmeyle açıklığa kavuşturulabilir: the
ülke çapında seyahat eden bir trenin arka platformu. Etrafınıza bakınırsınız ve tren hareket ederken iki yanınızda sürekli olarak yeni sahneler oluşur; bu sahnelere geldikçe onları algılıyorsunuz. Bu sahneler ortaya çıktıkça, aslında*yaratmak*onları, sen sadece onlara geldiğin anda algılarsın.*Senin için,*şimdilik "yaratıldılar" ama zaten vardılar.

Aynı şekilde, sadece geleceği algıladığımız kabul edilir.*mevcut olarak*ona geldiğimizde, onu deneyimlediğimizde; ama o zaten bir biçimde, bir dünyada var ve bizim için ancak onu deneyimlediğimizde, yani o noktaya geldiğimizde gerçek oluyor. Pratik olarak, sağduyu açısından, ilke hiç de geçerli değildir; ama bu felsefi bir doktrindir ve tüm filozoflar saçlarını ayırmayı severler ve bu nedenle akla yatkın bir hipotez olarak ileri sürülmüştür.

Elbette, eğer gelecek ayrıntılı olarak görülürse,***bazı***teori ilerletilmelidir; ve böyle bir görüşün dışında, herhangi bir şekilde "su tutan" yalnızca bir veya iki tane daha vardır. Birincisi, günlük hayatımızın eğilimlerinin veya akımlarının öngörülebileceği daha yüksek bir zihinsel veya ruhsal faaliyet alanı olabilir. Örneğin, sokakta yürüyen bir adam görürseniz ve caddede ona dik açıyla esen güçlü bir rüzgar olduğunu biliyorsanız, o köşeye geldiğinde şapkasının düşeceğini tahmin edebilir veya "tahmin edebilirsiniz". havaya uçurulmak Bunun nedeni, onun bilmediği gerçekleri sizin bilmenizdir. Sanki hayata karşı daha yüksek bir zihinsel bakış açısına sahipsiniz. Çevresi hakkında ondan daha fazlasını görüyorsunuz; ve bu daha yüksek zihinsel bakış açısını işgal eden bir "ruh" veya varlığın - hayatınızı, onun eğilimlerini ve eğilimlerini görerek - size iletebileceği düşünülebilir, veya belirli çizgiler izlenirse yakın gelecekte olacakları doğrudan veya dolaylı olarak kehanet edin; ve bu, çok sayıda kehanetin neden yalnızca belirli bir kısmının - en iyi medyumlarla bile - gerçekleştiğini söylememizi sağlar, çünkü onlar yalnızca görebilirler.*eğilimler;*sadece olasılıkları görebilirler; ve insan doğasının özelliklerini göremezler.

Bu bağlamda, belki Bergson'un şu sözlerini hatırlarsınız: "Bundan bin iki yıl sonra bir güneş tutulması tahmin edebilirsiniz, ancak kuyruğunu incelerseniz bir pugköpeğin ne

yapacağını bilemezsiniz."*hayat*problemin içinde karmaşık bir faktör var ve nasıl tepki vereceğini söyleyemiyorsunuz.

Bununla birlikte, Yoga'nın psişik olgularla ilişkisine geri dönelim. Sistemde serbest kalan ve zaman zaman yansıtılabilen bu enerji, teorik olarak birçok psişik fenomenin temelidir; ve, gördüğünüz gibi, burada - bu mistik, içsel enerjide - Yoga uygulamalarının çoğu ile Batılı, psişik fenomenlerimizin çoğu arasında bir bağlantı bağına sahibiz. Örneğin, - dediğimiz gibi- pek çok "fiziksel" tezahürü üreten ve vücuttan bir ışık şeklinde yayılan bu enerjidir.*hava.*Fiziksel, zihinsel, sağlık aurası, duygusal aura, zihinsel aura vb. gibi çeşitli auralar olduğu söylenir; ve tüm bu auralar sağlık durumu, beden, zihin, duygular vb. tarafından renklendirilir ve etkilenir; ve bu auraları incelemek için çok çalışma yapıldı, ancak bu kadar çok çalışma yapılmadı.*meli*tamamlanmış.

Bu "aura" renklidir ve üzerinde çalışılmış bütün bir renk sembolizmi vardır - şimdi ayrıntılarına giremeyeceğimiz renklerin mistik yorumu; ama şimdilik bu doktrin-*enerji,*vücutta ikamet eden ve psişik tezahürler için bir alt tabaka veya temel oluşturan, başka türlü şaşırtıcı olan birçok fenomeni açıklamamızı sağlar - örneğin*psikometri,*bir medyuma verilen bir nesne, o medyumun psişik üretkenliğini harekete geçiriyor gibi görünür ve "fenomenler" elde edersiniz, başka türlü elde edemeyeceğiniz gerçekler elde edersiniz.

Dr. Hodgson, Bayan Piper ile birlikte çalışırken, "ölü" kişilere ait nesnelerin medyuma teslim edildiğinde fenomen üretimini çok fazla teşvik etme etkisine sahip olduğunu buldu; ve bu etkiyi korumak için, bu düşünceyle korunan nesnelerin yağlı ipeğe sarılmasını ve medyuma sunulana kadar kimse tarafından dokunulmamasını tavsiye etti. Bu etki ister nesnede yerleşik olsun, ister tamamen psişik, ya da her ne olursa olsun, fenomenlerin üretimini kesinlikle çok dikkate değer bir şekilde teşvik ediyor gibi görünüyor; ve bu, Bayan Piper ile yapılan gerçek deneylerle kanıtlandı - çünkü nesne onun tarafından ele alınır alınmaz, daha önce engellenmiş veya kapatılmış gibi görünen bir iletişim seli açıldı.

Elbette bir cismin sünger gibi olması ve belli bir varlıktan, bir insandan bir nevi enerji çekmesi ve o insanın kişiliğinden o ölçüde etkilenmesi bir anlamda düşünülemez. bir mevcudiyet hissinden daha fazlasını sağlayacağını. Gerçekleri nasıl harekete geçirir,*bilgi,*Bu kişinin aurasını ya da kişiliğini aura aracılığıyla hissetmenin sizi başka bir kürede ikamet eden o kişinin zihniyle temasa geçirdiğini düşünmeniz dışında, açıklaması çok zordur. Başka bir deyişle, bu yerleşik enerji aracılığıyla maddi ve manevi dünyalar arasında bir tür köprü, bir tür psişik bağlantı oluşturur; ve burada yine Yoga, kundalini vb. ile bağlantılı olan bedenin mistik enerjileri teorisine geri dönüyoruz.

Bay Prescott Hall, Kasım ve Aralık 1916 sayılarında çok aydınlatıcı ve değerli iki makale yayınladı.*Günlük*American Psychical Research Society'den ve bu makalelerden birkaç alıntının ilginç olacağını düşünüyorum. Daha önce titreşimlerle ilgilenmiştik, hatırlarsanız, ritmik titreşimlerin değerini ve hiçbir şey olmadığı gerçeğini göstermiştik.

[1]**Görmekkitabım*Gelecek Bilim*bu sorunun uzun tartışması için.**

ses, kelimenin bir anlamıyla, yine de müziğin temsil ettiği bu armonik titreşimler dizisi, tamamen belirli bir kavramı sembolize eder; ve bu görüş okültistler tarafından şu ölçüde savunulmaktadır:

"Bazı okültistler 'ruhların' üç şekilde iletişim kurduklarını iddia ediyorlar. En düşük seviyedeki ruhlar sıradan kelimeler kullanır; ara dereceler, bakıcının beynine fikirleri empoze eder; bu tür fikirler belirsiz ve geneldir ve karışıklığa tabidir. Daha yüksek dereceli alkollü içkiler kullanılır*müzik*her zaman ve tüm ruh dünyalarında aynı olan evrensel dil olarak. Bu dil tonlardan ve akorlardan oluşur ve bunlar Çin ideograflarına benzer. İkincisi durumunda, örneğin, basit bir işaret şu anlama gelir:*sıvı;*birinci işarete başka bir işaret iliştirildiğinde anlam şu hale gelir:*su.*Üzerine ikinci bir işaret iliştirildiğinde anlam şu hale gelir:*kırmızı su*,—yani şarap; ve benzeri. Aynı şekilde bu müzik dilinde basit bir ton, genel

bir fikri temsil eder ve bu, armoni ve armoniklerin eklenmesiyle somut, kesin ve kesin hale getirilir. Sıradan gamımızın yalnızca birkaçını kullandığı neredeyse sonsuz sayıda ton bulunduğundan, o dil için pek çok işaret vardır. Ayrıca birçok müzik bestecisinin temalarını ve motiflerini astral müziği duyarak elde ettiği belirtilir - özellikle Wagner, yukarıda bahsedilen sezgisel yöntemle, duyduklarının bazılarının ne anlama geldiğine dair bir anlayış elde etti; bu nedenle bazı operalarının metinlerini karşılaştırarak, özellikle*parsifal,*müzikle kişinin dili öğrenmeye başlayabileceği söylenir. Bu doktrin hakkında ne düşünülürse düşünülsün, diğer ruhaniyet öğretileriyle mükemmel bir şekilde tutarlıdır."

*Renkler*dünya planına giren "ruhları" etkiliyor gibi görünmektedir. Kötü ruhların maviyi sevmediği söylenir; bu nedenle mavi giysiler, giymek için gelişen bir kişi için iyidir. Öte yandan, iyi ruhlar mavi kıyafetleri sever ama siyahtan hoşlanmazlar.

Ayrıca okült bilimde müzik ve renklerin bağlantısı hakkında söylenen çok şey var. İnsanların belirli müzik seslerini duyduklarında deneyimledikleri renk duyumundan daha önce bahsetmiştik; ve birçok insan piyanoda bir notaya basıldığında bir renk hissi yaşar. Örneğin kırmızı rengin C notasına, turuncunun D notasına, sarının E notasına, yeşilin F notasına, mavinin G notasına, menekşenin A notasına, grinin B notasına karşılık geldiği söylenir.

Doğadaki temel tonun, yumuşak bir yeşile karşılık gelen F'nin alt oktavı olduğu söylenir. Bay Lead-vurucu, "Devachanic Plane" (Devachanik Düzlem) hakkındaki kitabında, "Devachanic Plane" (Devakan Düzlem) adlı kitabında,*kürelerin müziği*, - yüksek zihinsel dünyaları kapladığı söylenen ve bu mistik şekilde şu şekilde yorumlanan o muazzam titreşimsel aktivite:*müzik*.

Levi, hakkındaki küçük kitabında*Öz Kültür,*renk konusunda diyor ki:

"Işık analizi, yedi farklı tonun ve yedi rengin olduğu gerçeğini ortaya koyuyor ve büyük ezoterik ustalar bize, yaratıcı ruhların her birinin bir müzik tonu ve bir rengi benimsediği bilgisini veriyor: Michael, kırmızı renk ve ton C; Raphael turuncu renk ve D tonu; Gabriel sarı renk ve E tonu; Samael yeşil renk ve F tonu; Uriel mavi renk ve G tonu; Zadkiel indigo rengi ve A tonu; Cassiel menekşe rengi ve B tonu. . . Kırmızı ayrıca sembolik olarak buza ve Kama-rupa'ya veya hayvan yaşamına karşılık gelir; turuncu havaya ve yaşam ilkesi Prana'ya; sarı suya ve ruhsal ruh Buddhi'ye; havaya ve alt manalara veya hayvan ruhuna yeşil; maviden buhara ve aurik zarfa; ve Indigo havaya ve Spiritüel Zekaya. . . . İnsan üçlüsü ve karşılıkları bu şekilde ifade edilebilir; fiziksel beden rengin kırmızısı ve müziğin C'sidir; ruh, rengin sarısı ve müziğin E'sidir; ruh, rengin mavisi ve müziğin G'sidir. Müzikte olduğu gibi, C ana nota ve G baskın notadır, bu nedenle insan ölçeğinde, fiziksel beden ana nottur, çünkü ölçeğin geri kalanını tezahür ettirir ve ruh baskın notadır.

Geliştirme yöntemlerinden bahsetmişken, ilk adım, uyarıcı yiyecek ve içeceklerden uzak durmaktır. Hipofiz bezinin ve epifiz bezinin, beyindeki kan akışını etkileyen bu şeyler tarafından aşırı derecede uyarıldığı söylenir. Gelişimdeki ikinci adım, astral bedene odaklanabilmesi için fiziksel bedenden hayal gücünü geri çekmektir. Normalde "hayal gücü" dediğimiz şeyin aslında astral duyuları çalıştırdığı akılda tutulmalıdır. Oysa bu dünyada kendimizi belli bir şehre gittiğimizi hayal edersek tek sonuç düşüncemizdir - astral dünyada aslında biz*Gitmek*orada, -en azından istersek; yani, astral bedenimizi fiziksel bedenden tırmanıyor veya yan yana sallanıyor olarak hayal edersek, ki bu
verilen alıştırmalar - sonuç olarak, hayal gücümüzün gerçeğinden başka hiçbir şeye sahip değiliz; ama astral dünyada düşüncemiz aslında astral bedeni harekete geçirmiştir, ama bedendeyken bunun böyle olduğunu göremesek de. Başka bir deyişle, düşünce astral alemde yaratıcıdır ve biz ne yaparsak yapalım.*irade*getirilmesi eğilimindedir.

Dolayısıyla, daha önce de söylediğimiz gibi, düşünce bir sonraki faaliyet alanında çevremizi yaratma eğilimindedir.

"Bir insan gelişmeye başladıkça, radyasyonları daha parlak hale gelir. Bu gerçek, hem iyi hem de kötü ruhların dikkatini çeker. İlki yardım etmeye çalışır, ancak ikincisi onun

çabalarına engel olur."

ilgili sorusu*ışık,*ilginç
ruhların genellikle medyumlardan "ışıklar" olarak bahsettiklerini bilin. “Başka bir ışığı ziyaret edeceğim” diyecekler. Ve Andrew Jackson Davis, kehanet betimlemelerinde ve teşhislerinde, vücudun içindeki sinir sistemini her zaman sanki ışıkla dolu olarak gördüğünü söylerdi; ve bu bağlamda ilginç bir sözü hatırlamalısınız: "Gözün tek olursa, bütün
vücut dolu olacak*ışık*," - yani "üçüncü göz" - Shiva'nın gözü - "gelişirse, kahin olursun" anlamına gelir - başka bir deyişle, psişik olursun; sonuç olarak tüm vücudunuz "ışık" ile doludur. Bu psişik enerji, tüm bu psişik deneyimlerde -sembolik ve fiilen- çeşitli şekillerde ışıkla bağlantılıdır; ve sinir sisteminin etkinliklerinin -elbette ışık üreten bir madde olan- fosfora büyük ölçüde bağlı olması oldukça anlamlıdır; ve bu, kimyasal ve fizyolojik dünyalarda bile bizi belirli bir ışık enerjisiyle birbirine bağlıyor gibi görünüyor.

Pek çok psişik fenomenin karanlıktan kaynaklandığı şüphesiz doğrudur. Yaşam, dünyamızda yoğun karanlıkta başladı; ve kesinlikle şimdi karanlıktan kaynaklanmaktadır; gebe kalma karanlıkta gerçekleşir; ve yaşam, denizin dibinde ortaya çıkmış olsa bile, karanlıktaydı - çünkü güneş ışınları yüzeyin yalnızca birkaç kulaç altına nüfuz edebiliyordu; ve onun altında sonsuza dek karanlık vardır; böylece tüm yaratıcı enerji karanlıktan geliyormuş gibi görünür; ve ışığın çok yıkıcı ve çok yıkıcı bir ajan olduğunu biliyoruz.

Örneğin, güneş ışığının ultraviyole ışınları çözeltilerdeki ve nesnelerdeki mikropları sterilize eder ve öldürür; ve bu nedenle, serbest bırakılan herhangi bir süptil güç ve enerjinin - bir seans sırasında olabilecekleri gibi - ışık gibi kaba bir fiziksel enerji tarafından tamamen yok edilmesi oldukça olasıdır.

*Su,*kötü ruhları kovma gücüne sahip olduğu söylenir. Bir oturma yerinin yanında bir tabak su, elementalleri ve diğer sakıncalı kişilikleri uzak tutma eğilimindedir; ve su buharı veya kişinin ellerini suya sokması da öyle. Bir tabak su, taze olmadıkça koruyucu gücünü kaybeder ve bu nedenle sık sık değiştirilmelidir. Suyun çeşitli biçimlerdeki görüntüsü geliştirmede çok kullanılır; bu nedenle bir kuyudan su çekmek, fiziksel bedeni bir su havuzu olarak düşünmek veya bir su havuzu görüntüsünde yaşamak, hepsi muhteşem egzersizlerdir.

*bir teklif*Bütün bunlar, Hindistan'da meditasyonun neredeyse her zaman akan su veya dere tarafından yapıldığını hatırlamak oldukça ilginç. Bu eylemde ince bir bağlantı olduğunu hayal edebiliriz.

Nefes egzersizleri ile ilgili olarak, bu uzun süreler tarafından kabul edilebilir - ve elbette işaret edilmiştir -
alınan nefesler*pranayama,*—belirli miktarda karbonik asit gazı, karbondioksit sistemde birikir ve sinir hücrelerini zehirleyerek bu vizyonlara neden olur; ve Dr. Jacolliot kitabında,- *Hindistan'da Gizli Bilim,*Hinduların kulübelerinin, bu karbondioksitin büyük bir yüzdesini tutacak şekilde inşa edilmiş gibi göründüğüne işaret etti. Ancak, bunun doğru olduğunu kabul etsek bile, tıpta son zamanlardaki eğilim, karbondioksiti belirli koşullar altında çok değerli görme yönündedir; ve doktorlar şimdi onu savaş meydanlarındaki şok vakalarında uyguluyorlar ve görünüşe göre iyi sonuçlar alıyor; hatta geçenlerde bir çalışma yayınlandı,- *Tıpta Karbonik Asit Oas,*tamamen bu konuyla ilgilenen. nedeni şu ki*"ilham edilen havadaki karbondioksit artışı, derin ve hızlı solunumları gerektirir."*(Bkz. "Önde Şok", WT Porter, s. 100.)

İlk başta, bir dizi kısa, yüzeysel nefesin vücuda bir uzun nefes kadar oksijen veya "prana" vermemesi tuhaf görünüyor; ancak teori şu ki, vücudun ritmi kurulduğunda, daha fazla prana emebilir ve vücudun içsel ayarlamaları, bir dizi küçük nefesten alabildiğinden daha fazla pranayı tek bir uzun nefesle emecek şekilde düzenlenmiştir. olanlar; ve bu senin şu gerçeğinle doğrulanmış gibi görünüyor:*yapamaz*Bir dizi kısa nefesten, bir uzun nefesten

aldığınız sonuçların aynısını alın. Aynı şekilde, bir dizi küçük dokunuş, tek bir sürekli itme ile aynı sonucu vermez. Benzetme budur, - uzun bir nefes vücutta belirli bir etkiye sahiptir, ancak bazı kısa nefesler yoktur.

Geliştirme çalışmasında, bir kişinin zihinsel imajı*ayna*su ile hemen hemen aynı amaç için kullanılır. Kişinin kendi görüntüsünü aynada manipüle etmesi yararlıdır. Ayna, üç boyutu ikide resmetmek için bir araç olduğundan, üç boyutlu resimlerin dördüncü boyutlu nesnelerin görüntüsü olduğunu öne sürmekte, görünüşe göre dört boyutu içeren astral dünyaya çıkmakta kullanılır.

Düşünürseniz, düz bir yüzey olan bir ayna iki boyutludur ve görünüşe göre üç boyutlu bir dünyanın resmini verir ve görünüşe göre sadece yükseklik ve genişlik değil, aynı zamanda derinlik de verir; başka bir deyişle, -dördüncü boyuttan bahsederken söylediğimiz gibi- aynanın önünden aldığı ışık ışınlarıyla aynı mesafeyi ayna dünyasına fırlatır. Öyle ki, aynada, görünüşe göre iki boyutlu bir düzlemde üç boyutlu bir dünyanız var.

Bazı elektrik ve diğer dalgaların psişik gelişim üzerindeki etkisi daha fazla araştırma konusudur. Bay Prescott Hall, bir keresinde, bazı elektrik uzmanlarının öne sürdüğü, 51. oktavın ultraviyole ışığının psişik gücü geliştirmede belirgin etkileri olduğu iddiasını araştırmaya çalıştı. Ancak sonuçlar kesin değildi. Bayan Marie Corelli, "medyumların" şimşeğe çekici geldiği fikrini edebi bir şekilde kullandı.*İki Dünyanın Romantizmi.1*

Bununla birlikte, Yoga öğretileri ile psişik fenomenler arasındaki ilişki hakkındaki sorumuza dönelim.

Bay Oliver Bland, onun*Modern Bir Okültistin Maceraları,*radyum radyasyonlarının astral veya ruh bedenleri için yıkıcı olduğunu belirtir - ancak 3 veya daha fazla olup olmadığı henüz bilinmemektedir.7ışınlar yıkıcı maddelerdir. İşte bir "psişik laboratuvarda" katı bilimsel araştırmaya uygun bütün bir alan.

Pek çok psişik olgunun -özellikle "1 fiziksel"in- belirli koşullara bağlı olduğunu gördük.-*enerjiler*vücutta üretilen; ve bu aynı enerjiler, zihinsel tezahürlerde de şüphesiz bir faktördür, ancak buradaki bağlantı yeterince kanıtlanmamıştır. Swami Vivekananda olarak, kendi*Baya Yoga,*diyor:

"Bu ülkede Akıl-şifacıları, İnanç-şifacıları, Ruhçular, Hıristiyan Bilim Adamları, Hipnozcular vs. var ve bu farklı grupları analiz edersek, her birinin arka planının, zihnin bu kontrolü olduğunu görürüz.*Prana,*bilseler de bilmeseler de. Tüm teorilerini özetlerseniz, kalıntı aynı olacaktır. Bu, bilmeden manipüle ettikleri tek ve aynı güçtür. Bir gücün keşfine rastladılar ve onun doğasını bilmiyorlar ama bilinçsizce Yogi'nin kullandığı ve onlardan gelen güçleri kullanıyorlar.*Prana.*

Hindu Yoga öğrencisinin Spiritüalizme karşı tutumu nedir? Fenomenleri nasıl görüyor ve öğreti hakkında ne düşünüyor?

Swami Abhedananda, küçük kitapçığında*Ruh Ölümden Sonra Var Mıdır?*diyor:

"Bireyselliğin korunmasına ilişkin olarak Vedanta, ölümden sonra her ruhun dünyada edindiği tüm deneyimleri, izlenimleri ve fikirleri beraberinde götürdüğünü söyler; aklını, zekasını, zekasını ve duyu güçlerini alır ve kendi düşüncelerinin ve eylemlerinin meyvelerinden zevk alır veya onları biçer.

Bununla birlikte, görünüşe göre, bireyin*korur*tüm bu özellikler bir sonraki durumda; ve Swami Vivekananda, onun*Raja Yog*pratik olarak yaptığını söylüyor*Olumsuz*böyle yap; ama tam tersine, o*"emilmiş"*düşünmeye alıştığımız gibi.

Yine PS Acharya, Mayıs 1918'de "Spritualizm: From the Viewpoint of Hindu Philosophy" konulu bir makalede,*kalpaka*diyor:

Bir Hindu için Spiritüalizm bir felsefe, bir din, bir bilim ve bir sanattır. Ona göre, yalnızca bir ruhçuluk müjdesi değil, ruhsal bir bilinç geliştirmenin yüce dini veya felsefi bilimi ve Sanatı anlamına gelir. Bu nedenle, doğrusunu söylemek gerekirse, gerçek Hindu Spiritüalizmi Yoga Sastra veya Mantra Sastra'ya dahildir.

Hindu, Spiritüalizmi adıyla çağırır.*para vidya*(yüce bilim),*brahma vidya*(Ebedi Sanat veya İlahi bilim), vb. Bu büyük Spiritüalizm biliminin kökenlerini, içkin, değişmez ve aşkın

olan Saflığın, Güzelliğin ve Sevginin Yüce Ruhu olan Tanrı'ya kadar izler. Hindu'ya göre, manevi şeyler manevi olarak ayırt edilir,*yani,*sadhaka'nın (adayın) üçüncü gözüyle veya ruhsal gözüyle olduğu kadar diğer ruhsal duyularla da. Kısaca, Maneviyat, Hindu bakış açısına göre, kişinin kendi manevi evrimi (Yoga) sayesinde manevi Yaşamın Gerçekleştirilmesinden (sakshatkara) başka bir şey değildir.

Ari Rishiler ve bizim Dravidian Alwars ve Nayanmar'larımız, manevi yaşamın kökü ve meyvesinin,*Ananda*—İlahi Aşk, Bliss su'nun yaşamsal ilkesi

öncül; saf ve katıksız Sevgi ve Mutluluk,*santi*ya da huzur*manas*bilgi geçer. Ruhsal Sevginin bu tatlı, olgun meyvesi de karşılıksız özverili hizmetin ölümsüz tohumunu doğurur - mutlak inançla yerine getirilen neşe olan hizmet.*(sraddfta)*Yüce Ruh adına*Paramatma.*

Sri Ramanuja'ya göre güç aracılığıyla her biri*civatma*(ruh) gelişir.*Jnana*(Bilgelik) insanların ve tanrıların tüm değişen dünyalarında. Ruh olmadan açlıktan ölür*Bhakti*ya da hayat ekmeği, insanın fiziksel kılıfı olan beden (Annamayakosa) onsuz aç kaldığı gibi.*anma*veya yiyecek. Fiziksel insan elde ederek veya kavrayarak kazanır. Erken ve geç istifliyor ve istifliyor ve tıpkı Putları kıran Mahamad gibi, dünyaya soğuk bir veda etmesi gereken günden korkunç derecede korkuyor. Ama manevi insan ya da Bhakta vererek kazanır; sürekli ve neşe içinde kendini Tanrı'nın çocuklarına tüm kalbiyle hizmet ederek daha da zenginleşir. Bu neşeli hizmeti (kainkaryam) ne kadar çok yaparsa, Bhakti'sinin o kadar genişlediğini bilir. Kesintisiz bir "Tanrı bilincinde" ya da ruhsal ya da kozmik bilinçte yaşayan ve hareket eden böyle bir Bhakta, gerçekten de, Tanrı'nın verdiği Tanrı'nın armağanları olan Doğru İlahi tarafından, istediği gibi sahip olabilen ve uygulayabilen Seçilmişler arasında sayılır. Yalnızca Tanrı'nın alçakgönüllü hizmetkarlarının bir "Öksüz İnsanlığın" "hastalıklı zihnine hizmet etmeyi" bildiği ruhsal yaşam.

Psiko-ruhsal Araştırmanın büyülü Alemine girerken, sadhaka berrak bir kafaya, temiz ellere, saf sevgiden esinlenmiş bir kalbe, dingin ve neşeli bir zihne, rahat bir vicdana ve aydınlanmış bir inanca sahip olmalı ve bunları kullanmalıdır. Çünkü bu yeni alemde, şimdiye kadar uğraşmaya alışkın olduğundan çok daha ince ve çok daha uhrevi güçlerle uğraşmak zorundadır.

Böylece, Hindu Shastralara göre, psiko-ruhsal gerçeklerin peşinde koşan sadhaka veya arayıcının, saf ve oldukça gelişmiş ruhlarla birlik olmadan önce kendisini hazırlaması gerektiğini görüyoruz. Bhakti'ye bağlı görev yolunu görmezden gelen veya görmezden gelme eğiliminde olan diğer herhangi bir sadhanadan çok, kalbi sevgi ve hizmetle arındırarak ruhsal yetilerini uyandırmaya çalışmalıdır. Saf, ruhsal sevginin kalbe hükmettiği, harikulade bir ruhsal huzurun kalbe hükmettiği zamandır.*Manas,*Neşeli ruhsal hizmet ellere hükmettiğinde - ancak o zaman ve o zaman - ruh yaşamının gerçek güzelliği ve ihtişamı adayın şaşkın bakışlarına kendini gösterebilir. Sonra sadhaka ilahi sesler ve şarkılar duyar. Sonra, ruh dostlarının uhrevileşmiş güzel biçimlerini görür. O zaman gerçekten de hayatın ve aşkın görünmeyen âlemlerini fark eder ve istediği zaman onunla yürüyebilir ve konuşabilir.*Devalar*Ve*Pitris.*Gerçekten de alçakgönüllü ve bilge olan Bhakti veya saf aşk, "çok şey öğrendiği için gurur duyan" körü körüne bilgiden çok daha uzak ve derin görebilir.

"Sizi yoran ve heyecanlandıran düşünce ve duyguları bırakın;
Huzurun Koynunda dinlenin;
Ruhun fiziksel pencereni kapat ve ruhsal pencereni aç; Sınırsız Doğayı tezahür ettiren beş kapıyı kapatın; Güzellik ve Sevginin Saf Özü olan O'nu en büyük manevi sevginizle meditasyon yapın;
Böylece, İlahi Sevginin sihirli Anahtarına açılan Dhyana Kapısı aracılığıyla, sadhaka'nın hayatın daha gerçek ve yüce dünyalarını parıldayan dünyalarla görmesine izin verin.

Daha spesifik olarak, Swami Abhedananda,*Maneviyat ve Vedanta,*diyor:

"Hindistan'da, çok eski zamanlardan beri, ölmüş ruhlara olan inanç, Hinduların dini fikirlerinin şekillenmesinde önemli bir rol oynamıştır. Bu inanç, Vedik dönemin en eski kutsal yazılarında ifadesini buldu. zaman kadar erken*"Büyük Veda"*İsa'nın doğumundan en az beş bin yıl öncesine dayanan bu fikir çok yaygındı ve orada İsa'ya hitaben dualar içeren birçok ilahi okuduk.*'Pitris'*veya ayrılan Babalar. (Onları ve onların Jacolliot'un kitabında fenomen üretme gücü,*Hindistan'da Gizli Bilim.)*Onlar çağrılır, övülür ve Kıyamet Günü'nde kendilerine sunulan kurbanları kabul etmeye davet edilirler.-*Shraddha.*. . . Babaların veya ataların krallığı, modern ruhçuların cennetine tekabül eder. . . . Spiritüalizm, ister eski ister modern olsun, herhangi bir aşamayı tanımlayamaz.*öte*Babalar

diyarı. . . . Spiritüalizm, insan aklını kabirden bir adım öteye, fenomenler âleminde yönlendirir ve bu ölmüş ruhlar âleminde imana giden yolu açar. . . . Bu alem fenomenaldir ve fenomenal evreni yöneten yasalara tabidir.. . . ”

Burada değinilen nokta önemlidir ve araştırmacılar tarafından nadiren anlaşılır; yani, psişik fenomenlerin bizi temsil ettiği veya bizi onunla temasa geçirdiği*psişik*yalnızca bölge ve değil*manevi*doğrudan dünya; manevi ve maddi dünyalar arasındaki sınır çizgisi “psişik alem”i oluşturur; ikisi bir araya geldiğinde ve adeta “kıvılcım” ürettiğinde; bu "kıvılcımlar" bizim incelediğimiz "psişik olgulardır". Manevi dünyayı incelemiyoruz*doğrudan*— bu yolla.

Hindular, bizimle iletişim kurabilen bu "ruhların" yalnızca "dünyaya bağlı ruhlar" olduğuna inanırlar;*bizim*ruhçular inanır. Bu nedenle, maneviyatta kesin bir gerçek olduğunu kabul etmekle birlikte, Yoga müritleri fenomenlere Batı'da yapmaya eğilimli olduğumuz kadar ağırlık vermezler. Swami Abhedananda sözlerini şöyle bitiriyor:

“Benliğinizin gerçek doğasını tanımadığınız sürece, bireysel ruhun Evrensel Ruh ile yeniden birleşmesini hissetmediğiniz sürece, ruhsal özgürlüğe ve mükemmelliğe ulaşamazsınız.. . . ”

Bu nedenle, her açıdan Yoga çalışmalı ve onu uygulamalıyız; ve tıpkı Okültistlerin - Büyü alanında pratik deneylere girişmeden önce- bu ilk Öz eğitiminin değerini anladıkları gibi, medyumlarımız ve medyumlarımız da - "medyum" haline gelmeden önce, uzun bir Yoga eğitiminden geçirilmelidir. - çok gerekli olan kendine hakim olmak için. Bunu yapsalardı, yalnızca daha çarpıcı fenomenler elde etmekle kalmayacak, aynı zamanda günümüz medyumları arasında çok belirgin olan “takıntı” ve diğer sebeplerden kaynaklanan tehlike olmaksızın onları elde edeceklerdi.

BÖLÜM XII

ASTRAL BEDENE YÖNELIK PROJEKSIYON

İÇINDEson iki bölümde Yoga Felsefesi ve okült bilim ile psişik fenomenler arasındaki bağlantıyı göstermeye çalıştım.

Tüm bu düşünce okulları arasında belirli bir karşılıklı ilişki olduğunu bulduk - Yoga ve okültizm arasında Yoga ve "medyumlar" arasında olduğundan daha yakın - çünkü Yoga ve okült bilimlerin her ikisi de olumlu tutumla ilgilenir - yani, Bu fenomenlerin sadece beklendiği ve adeta kendi kendilerine kendiliğinden gelmelerine izin verildiği -psişik ve medyumsal gelişimde olduğu gibi- pasif yöntemlerden ziyade içsel güçlerin geliştirilmesi yoluyla fenomenleri kontrol etme süreci. Bu nedenle, okültizm ile Yoga doktrinleri arasında, Yoga ile psişik fenomenler arasında olduğundan daha net bir şekilde ayırt edilebilir bir bağlantı vardır.

Aslında, maneviyatçı ve psişik tezahürlerde, bu şekilde, açıkça ayırt edilebilir bir bağlantı olmadığını söyleyebilirsiniz, -■- çünkü psişik tezahürler, - sıradan manevi tezahürler, - yalnızca "fenomenler" dir.*meydana gelmek;*belirli içsel, psişik deneylerin ürünü olarak ortaya çıkarlar ve meydana geldikleri anda, hassas -ortam- tarafından gözlemlenirler; çoğu durumda, o hiçbir şey bilmez.*Nasıl*bu şeyler üretilir.

Daha önce de söylediğim gibi, çoğu medyum, sorgulanırsa, basitçe şöyle derdi: "Kanunları ve nedenlerini bilmiyorum.
bu fenomenlerin altında yatan mekanizma; Ben sadece karanlıkta -ya da kolayına göre ışıkta- oturuyorum ve bu fenomenler gelişiyor; ama olarak*Nasıl*geliştiriyorlar bilmiyorum!"

Okültizm, bu fenomenler için aşağı yukarı tutarlı bir açıklaması olduğunu iddia ediyor; iş başındaki gizli nedenleri ve yasaları anlar; ve Yoga Felsefesi daha da ileri giderek, eksiksiz bir yorumlama sistemine sahip olduğunu iddia eder;*olabilmek*yorumlanacak

Tüm bu psişik ve okült tezahürlerde, sistemden kaynaklanan ve bedenin ötesine yansıtılan veya "dışsallaştırılan" - fiziksel tezahürlerin üretilmesinde - ve belki de bizim yaptığımız şeylerde kullanılan belirli enerjiler olduğunu göreceksiniz. tamamen zihinsel veya psişik fenomenler - telepati ve bu karakterdeki fenomenler gibi. Aslında, daha önce de bahsettiğimi sandığım gibi, Bay Frederic Myers, telepatik eyleme ve zihinsel eyleme vücudun dışında, belli bir mesafeden eşlik eden varsayımsal enerjiyi belirtmek için "telerji" kelimesini icat etti.

Normalden normalüstüne doğru kademeli bir fenomen ölçeği oluşturmaya çalışırsanız, bizi "hiperestezi" dediğimiz şeye götüren, son derece duyarlı ve keskin duyu algılarıyla başlamanız gerektiğini göreceksiniz. aşırı hassasiyet; ve buradan da "psikometri"ye -ya da görünüşe göre olağanüstü bir şekilde nesneler hakkındaki izlenimleri hissetme yeteneğine- yönlendiririliriz; ve bundan, diğer insanlardan veya nesnelerden elde ettiğimiz ve "hissettiğimiz" duyumlar olan psikometrinin daha da genişletilmesine kadar.-*mevcudiyetler*,—belki perili evlerdeki hayaletler— veya bu insanlardan veya bir yerden veya bir etkiden telepatik izlenimler veya sezgisel izlenimler türetir veya elde eder.

Bu "duyarlılığın dışsallaştırılması", Fransızlar tarafından incelenmiştir; ve onun tamamlayıcısı, zıddı, hareket ettirici gücün veya "hareketlilik"in "dışsallaştırılması"dır - bedenin sinirsel enerjisi vücut yüzeyinin ötesine, uzaya yansıtılır ve orada maddi nesneler hareket eder veya bazılarına sahip olur. maddi dünya üzerindeki etkisi.

Tabii ki, duyusal veya motor enerjinin sinirler olmadan var olması bizim için düşünülemez! Fizyolog size şöyle derdi: "Akşam yemek saçma.
Sinir akımının, hareket edebileceği sinirlerin olmadığı vücudun ötesinde var olabileceğini varsayın. Ve tamamen materyalist bakış açısından, elbette, düşünülemez ve imkansızdır. Ancak bu psişik fenomenler, bunun böyle olduğunu gösteriyor gibi görünüyor.
sinir enerjisi*kam,*- bu deneylerde yalnızca birkaç santimlik bir mesafe var, ama astral bedenin deneysel yollarla fiziksel bedenden belli bir mesafeye yansıtıldığı durumlarda, nörik enerjinin, sinirsel kuvvetlerin olduğu durumlara sahibiz. fiziksel bedenin yüzeyinin ötesinde önemli bir mesafe için dışsallaştırılır.

Hisseden beden, duygusal beden olan bu "astral beden", derin manyetik geçişlerle deneysel olarak fiziksel bedenden ayrılmıştır; ve süje hipnotikten farklı olarak mesmerik transta veya "manyetik" transta olduğunda. büyüleyici ve

manyetik fenomenler hipnotik ile aynıdır. Hipnoz tamamen zihinle ilgilenir ve “telkin”e, yani zihinsel etkilere bağlıdır; ancak manyetizma ve mesmerizm, operatörden özneye geçen belirli bir fiziksel akıntıya veya etkiye bağlıdır - bu bazen bir tür hayati bağlantı bağı oluşturur,*uyum*özne ile operatör arasında, tıpkı yaşamsal enerjinin bir maddeyi, fiziksel bir nesneyi hareket ettirmesi gibi, bu nesne onunla yüklendiğinde.

"Astral beden"in bu deneysel ayrışmasının bir adım ötesinde,*gönüllü*projeksiyon - astral bedenin yoğun bir irade çabasıyla olduğu yerde - diğer içsel uygulamaların eşlik ettiği - fiziksel bedenden ayrılmış ve yansıtılmış*hayat boyunca*,—fiziksel beden mest olduğunda veya uykuda olduğunda—ve önemli bir mesafeye gönderildiğinde. "Deneysel hayaletler" vakaları, bunun az çok kendiliğinden yapıldığını ve operatör tarafından bilinmediğini kanıtlıyor gibi görünüyor; astral beden uyuyan kişiden -ya da mest olmuş kişiden- belli bir mesafede görülmüştür, bu bedeni uyku ya da trans halinde yansıtma girişiminde bulunulmuştur.

Bununla birlikte, daha doğrudan deneysel olarak kontrol edilen olgulara gelelim. Bu bağlamda, öncelikle, benim dergimde yayınlanan "Astral Bedenin İzdüşümü" ile ilgili bölümden birkaç alıntı yapacağım.*Modern Psişik Olaylar*.Bu bağlamda Paris'ten Albay de Rochas, M. Hector Durville tarafından çok sayıda çalışma yapılmıştır; Baraduc ve diğerleri tarafından; ama bu bağlamdaki bilimsel deneylerin çoğu Paris'ten M. Charles Lancelin tarafından yapılmıştır.

“M. Lancelin'e göre, bu astral kopyada gerçek bir 'bilim ve sanat' vardır; bu, esasen nevrik (sinirsel) gücü dışsallaştırma, astral bedeni oluşturma ve 'duyarlılık'tan oluşur. Deney için doğru veya uygun mizaç seçilmelidir; ve bu bulunmazsa, deney başarısız olabilir veya yalnızca kısmen başarılı olabilir. "Mizaç", "karakter" veya zihinsel yapı ile karıştırılmamalıdır. Mizaç, insan vücudundaki bir elementin, organın veya sistemin baskınlığı ile üretilen fizyolojik bir durumdur. Dört ana mizaç türü vardır - sinirli, safralı, lenfatik ve iyimser. Bunlardan sinirli mizaç, her türlü psişik deney için en iyisidir; safra en açık olanıdır; sanguine halüsinasyonlara yatkındır, hem öznel hem de nesnel; lenfatik ise her açıdan en az uygun olanıdır. Tabii ki, kişinin mizacı genellikle ideal hallerinde nadiren bulunan tüm bunların bir bileşimidir; ancak ağırlıklı olarak gergin olan mizaç, diğer tüm psişik deneylerde olduğu gibi bu test için en uygun olanıdır.

“Şimdi, tüm bireylerde her zaman belirli bir sinirsel güç çıkışı ya da 'nörisitenin dışsallaşması' denir; ancak bu, 'medyumlar' veya 'medyumlar' olarak bilinen belirli tip bireylerde çok belirgin hale gelir. Bunlarda, bu şekilde yayılan bu kuvvet, Biyometreler, Stenometreler, vb. olarak bilinen özel olarak yapılmış aletler vasıtasıyla ölçülebilir. Bu türden birkaç alet, Fransız deneyciler tarafından tasarlanmıştır. İnsan vücudunun bir tarafından itici, diğer tarafından çekici bir kuvvetin üretildiğini gösterirler.
Normal insanlarda bu kuvvetlerin eşit olması gerekir. Olmadıklarında, yakın çevrelerinde tuhaf şeyler olması muhtemeldir. Göreceli güçleri aletler aracılığıyla test edilebilir.

"Bu enerjiler sağlık durumuna, duygulara, zihne ve ayrıca*irade.*Deneyin başarılı olması için, göreceğimiz gibi, denek sağlıklı olmalıdır; duygular sakin; zihin sakin; ve irade son derece güçlü. Ancak, bu değil*bilinçli*mucizeyi gerçekleştiren irade; ama*bilinçaltı irade*—uykuda aktif olan irade. Eğitilmesi zor olan ve yalnızca psişik ve okült yöntemlerle ulaşılabilen budur. Bununla birlikte, bir kez erişilip güçlendirildiğinde, özne uyurken veya büyülenmişken her türlü harikayı gerçekleştirme yeteneğine sahiptir.

“Bu bilinçaltı iradenin kendi psikolojisi vardır; sahip olma, müzakere, kararlılık ve eylem olmak üzere dört temel unsurdan oluştuğu söylenir. Bunların son üçü, iradenin sözde 'katı' halleridir. (Medyum Eusapia Palladino, iradesi yeterince 'sağlam' olursa, nesneleri belli bir mesafeden hareket ettirmeyi başarabileceğini söylemeyi adet edinmişti.) Bu mistik hisarda ikili bir eylem gerçekleşir - (1) irade kendi içinde hareket eder ve (2) çevresini kontrol eder. Bu bilinçaltı iradenin sahip olduğu gücün derecesi deneylerin başarısına

bağlıdır.

“O halde, 'astral projeksiyonumuzun' başarılı olmasını sağlamak için yapılacak ilk şey,*iradeyi harekete geçirmek*-aslında aşırı şarj olması ve tıpası çıkarıldığında şampanya gibi patlayabilmesi için onu hiperdinamize etmek! Bunu yapmanın çeşitli yöntemleri vardır. En basitlerinden biri, uykuya dalmadan hemen önce kendi kendine defalarca tekrar etmektir: "İradem var, enerjim var!" Uyku gelene ve hafıza kaybolana kadar bu sürdürülmelidir. O zaman kişi ertesi günkü işini net ve ayrıntılı olarak düşünebilir ve büyük baskı ve ayartma altında bile bundan sapmamaya karar verebilir. Bu, bilinçaltına başka hiçbir şeyin eşit olamayacağı bir güç verecektir.

"Bilinçaltı böylece güçlenecek, bir sonraki adım, astral bedeni fiziksel bedenden gevşetmek için bir 'benlik bölünmesi' yaratmaktır. Denek, bunu yapmak için yatakta yatarken tüm vücudunu düşünce içinde gezdirmeli, yüzeyinin her santimini kaplamalı ve*hevesli*astral beden o noktada fiziksel bedenden ayrılacaktır. Bu bedeni içinizde gevşek hissetmeye çalışın. Sonra tüm zihinsel enerjinizi 'solar pleksus'a -kaburgaların ayrıldığı noktaya- veya tercihen alnın aşağısındaki bir noktaya, gözlerin arasına odaklayın ve sakin ve derin nefes alırken,*vnll*o noktada fiziksel bedeninizden dışarı çıktığınızı. Kendinizi uzaya doğru yansıtın. Dışarı çıktığınızı hayal edin; bilincini sensiz bedene aktarmaya çalış. Gözlerinden dışarı bakmaya, kulaklarıyla duymaya, bedeniyle hissetmeye çalış. Aniden kendinizi bunu yapabilecek durumda bulacaksınız; o zaman ilk büyük adımınız atılmış olacaktır."

Bu amaç için iyi bir egzersiz, gözleri kapatmak, sonra gözbebeklerini - Yogilerin yaptığı gibi - alnın üzerinde, gözlerin arasında bir noktaya sabitlenene kadar yuvarlamak ve konsantre bir çaba sarf etmektir. psişik enerjilerinizi bir araya toplayın*de*o nokta. *İrade,*Varlığının tüm gücüyle, sen*Orası,*ve tüm Benliğinizi o noktada yoğunlaştırdığınızda, o zaman*irade*o kalkış noktasından uzayda dışarıya doğru yansıtılacaksınız. Bu yöntem gözleri yorar, ancak çok sayıda deney ve deneyimin sonucu olarak çok etkili bulunan bir yöntemdir.

*bir teklif*Bütün bunlar, bir sandalyede oturarak yapılabilir diyebilirim.*İrade*kendinizin bir kopyası veya kopyası uzayda karşınızda duracak ve bu hayalet veya çifte benlik görünür hale gelecek şekilde yaratıldığında, sonra bir irade çabasıyla bilinci hayalete aktarın, - böylece , olduğu gibi, onun gözlerinden görebilirsiniz. Bu aktarım gerçekleştiğinde, gelişiminizde çok ilerlediniz.

“Buraya kadar ilerlediğinizde, etrafınıza, yeni edindiğiniz 'astral bedeninize' bakmaya çalışmalı ve odadaki mobilyaları fark etmelisiniz; her şeyi ayrıntılı olarak fark edin. Ardından odanın kapısından dışarı çıkmaya çalışın, merdivenlerden aşağı inin ve ön kapıdan sokağa çıkın. (Kapıların kapalı olup olmaması önemli değil; astral bedeninizde bu kapılardan rahatlıkla geçebilirsiniz.) Sonra cadde boyunca yürüyün -görünmek istediğiniz arkadaşınızın evinin kapısından girin- ve yukarı kata çıkın. onun odası. Giderken her şeyi fark edin. Oradayken, varlığınızı hissettirmeye veya göstermeye çalışın. Bu en zor adım ve teknik ayrıntılarıyla ilgili şimdiye kadar en az bildiğimiz adım.

"Görüneceğin kişi az ya da çok 'kahin' veya 'psişik' olmalıdır. Karanlıkta veya yarı karanlıkta sessiz ve anlayışlı olmalıdır; ve mümkünse, size yardımcı olmalı*çizim*bir irade çabasıyla - böylece onun görevi tamamen pasif değil, aynı zamanda aktiftir. Başka bir kişinin astral bedeninin algılanması için en iyi durumlardan biri hipnotik transtır. Fransız deneylerinin neredeyse tamamı bu durumda yapıldı -gerekli olmasa da.

Astral hayalet, 'görenin' yanında olduktan sonra, varlığını hissettirmek için mümkün olan her yolu denemelidir. Bunu görünür hale gelerek, konuşarak (işitilebilir hale gelerek) veya 'görene' dokunarak yapabilir. Hayalet rap de yapabilir. Değilse, astral formun varlığını kanıtlamak için fotoğraf plakalarını etkileyerek (ellerini üzerlerine koyarak), kalsiyum ekranların sülfitine dokunarak veya hassas bir aleti çalıştırarak kanıtlanabileceği deneyimle bulunmuştur. bir Biyometre. Nesnelliği böylece tesis edilmiştir.”

Psişik foto oyunu serimizde bu deneylerden yararlandığımızı söyleyebilirim,*gizemleri*Kalsiyum sülfit perdesini Myra'nın yatağının yanına yerleştirdik, böylece Büyük Üstat'ın astral bedeni onu ziyaret edip onu boğmaya çalıştığında perde*parladı;*ve bu, hassas bir mekanizmayla, psişik dedektif Dr. Alden'in odasına bağlandı ve odasında bir zil çaldı, böylece Alden hemen uyandı. Aceleyle onun evine gitti ve kötü astral bedenin niyetlerini bozmak için tam zamanında geldi! Ancak devam etmek için:

"Bir nokta ile diğeri arasındaki 'yolculuk'a gelince, fantazmal formun gelişmesi için gerekli şeyler şunlardır: (1) bilinçli irade ve (2) yön duygusu.

"Sonuçları avantajlı bir şekilde veya tersine etkileyen çeşitli faktörlerin olduğu bulundu. Bunlardan en önemlilerini şöyle özetleyebiliriz:

*"Seks.*Bu tercihen projektör için erkek, alıcı için dişi veya fantomun görücüsü olmalıdır.

*"Nem.*Hava kuru ve temiz, barometre yüksek olmalıdır.

*"Atmosferik elektrik.*Yüksekse, bu deney için zararlıdır.

*"Sıcaklık.*Bu, deney yapılırken odanın normal sıcaklığının biraz üzerindeyse en iyisidir.

*"Giyim.*Herhangi bir kısıtlamaya izin verilemez.

*"Işık.*Tam karanlık açık ara en iyisidir; her halükarda loş bir alacakaranlık izin verilebilecek tek şey.

*Bakıcılar.*Mümkünse, projektör ve gören yalnız kalmalı; başkaları varsa, neler olduğunu anlamalı ve deneye sempati duymalıdırlar.1

*"Sessizlik*baştan sona korunmalıdır,—'çizginin' iki ucundaki bakıcıyı rahatsız edecek hiçbir ses olmamalıdır.

*"Zaman.*En iyi zaman 11 arasıdır.ÖĞLEDEN SONRAve 3A. M.- yani, doğal uykunun ortaya çıkma olasılığının en yüksek olduğu zaman.

*"Konum.*En rahatı - koltukta, kanepede veya yatakta. Eğer uzanıyorsa, açık olmalıdır sağ taraf. Vücudun ön tarafı üzerine yatmamalısınız.

ı*Tantra8*Yogi'yi bir "inanmayan"ın huzurunda herhangi bir psişik deneye girişmemesi konusunda uyarın. (v.*Tantrik Metinler,*cilt viii, s.21.)

"*Akıl*sakin olmalı; ve*duygular*sakin.

"Bu iyi*yemek yemek*deney gününde çok az.

"Bazıları var*tehlikeler*özellikle düşüncesizce ve bu tür denemelere alışkın olmayan biri tarafından yapılırsa. (1) var*malzeme*herhangi bir ayrışma deneyine eşlik edecek tehlikeler. Bunlar bilinmelidir. (2)*Fikri ve Ahlaki Tehlikeler.*Karakterleri zayıf, iradeleri zayıf veya kontrolsüz hayatları olanlar, dışarıdaki kötü zekaların etkisine girerek olası bir 'takıntıya' 'kapı' açarlar. Burada bir usta veya ustanın sağlam tavsiyesi tavsiye edilir. (3)*Psiko-fiziksel tehlikeler.*Bunlar astral alemde meydana gelen ve öznenin zihnine ve bedenine etki eden tehlikelerdir. (4)*Hiper fiziksel tehlikeler,*tehlikeli ilkelere açık kapı bırakır.

"Bunlardan kaçınmak için, kişi bu kişisel ya da astral projeksiyon konusunda teknik eğitim almalıdır; ve her durumda, bakım,*soğuk şarkı söyledi,*korkusuzluk, ahlaki güç ve güçlü bir irade esastır. Bunlar eksikse, deneğin deneyi kendi haline bırakması en iyisidir. Ama bunlara sahipse veya geliştirebilirse, ona okült alemdeki en büyüleyici yollardan biri açılır; fiziksel bedenini istediği zaman terk etmesi ve rüzgarın kanatları üzerinde astral ve uhrevi alemlerde uçması sağlanacaktır; ve orada tarif edilemeyecek şeyler görecek; vizyonlar görecek ve 'söylemesi yasal olmayan' şeyleri işitecek - çünkü bunlar insanın olağan kavrayışını aşıyor.

Astral bedenin projeksiyonunu kolaylaştırmak için bazı cihazlar kullanıldı ve bazı fiziksel ve zihinsel deneyler yapılmalıdır. Örneğin, anesteziklerin astral bedeni fiziksel bedenden "üflediği" söylenir. Kişi bayıldığında astral beden fiziksel bedeni terk eder; kişi herhangi bir kaynaktan bilinçsiz hale geldiğinde, astral fiziksel bedeni terk eder. bilinçsizlik budur*dır-dir;*bilincin bedenden çekilmesidir.

Yeterli gelişimden sonra, kişinin özel duyu organlarını kullanmadan astral bedenin herhangi bir kısmı ile görüp işitebileceği söylenir. Astral beden fiziksel bedenin dışındayken, "aura" adı verilen kendine ait bir atmosfere sahiptir ve bu, gelişmekte olan kişi tarafından

çalışmasının belirli bir aşamasında görülebilir. Görünüşe göre "aura", vücut için giysi görevi gören renkli titreşimlerden oluşuyor. Astral beden, "dışarıda" olduğunda, fiziksel bedene, fiziksel bedenin hayati süreçlerinin devam etmesini sağlamak için yeterli bağlantıya sahip elastik bir kordonla bağlanır; ve bir kişi yeterince geliştiğinde, fiziksel beden dışarıdan yönlendirilebilir. Aura sahip olduğu tek atmosferdir.

Bu astral kordon, "gümüş kordon"*din adamları*,— astral bedeni fiziksel bedene bağlayan şeydir ve elastik olduğu söylenir, böylece neredeyse sonsuza kadar uzayabilir; ve bu kordon boyunca hayati akımlar astral ve fiziksel arasında gidip gelir. Eğer bu kordon herhangi bir şekilde koparılır, kesilir veya kırılırsa, o zaman astral kalıcı olarak*dışarı*,—yani "ölüm" gerçekleşmiş; ve görünüşe göre bu*sahip olmak*bazı seanslarda, "beden" ele geçirildiğinde gerçekleşti - bu gibi durumlarda, medyumun astral bedeni olduğu ortaya çıktı. Adeta fiziksel bedene dönmesi engellendi. Bazı durumlarda - ki bunlar kayıtlara geçiyor sanırım - kabinede medyum öldü. Bay Prescott Hall diyor ki:

"Kişi geliştikçe astral bedenin boyutunun büyüdüğü söylenir ve kişi tarafından fiziksel bedenle aynı ölçüde, hatta tam olarak şekillenmeden önce görülebilir. Aurası tamamen oluşana kadar uzayda seyahat edemez; ama hareket ettiğinde arkasında bir ışık izi bırakır ve her yöne gidebilir. Fiziksel nesnelerin titreşimini görebilir. Fiziksel olanı terk ederken, genellikle zikzak veya spiral bir hareketle dışarı çıkar, ancak daha sonra düz bir çizgide arzu edilen noktaya gider.

Bu astral bedenin bileşimini veya yapısını tespit etme çabasıyla, iki Hollandalı fizikçi Dr. Lahey'den Matla ve Zaalberg van Zelst. "Dinamistograf" adını verdikleri, karakter olarak son derece karmaşık bir alet yaptılar; ve bu araç sayesinde, ruhlar dünyasıyla hiçbir aracı olmadan "doğrudan" iletişim kurabildiklerini iddia ediyorlar! Yani bu enstrümanı tek başına bir odaya koymuşlar, duvara oyulmuş küçük bir cam pencereden hareketlerini gözlemlemişler ve bunun üzerine enstrüman, görünüşte ruhani akıllar tarafından manipüle edilmiş ve uzun "iletişimler" dile getirilmiştir. dinamistografın tepesindeki harfli bir kadran aracılığıyla.

başlıklı Fransızca bir kitap vardır.*Ölümün Gizemi,*bu deneylerin uzun bir açıklamasını verir. içinde özetledim*Modern Psişik Olaylar,*"Ruh Dünyasıyla Araçsal İletişim" başlıklı bölümde. Bu makaleden astral bedenle ilgili bir paragraf çıkarıyorum, astral bedenin varlığı onların deneyleriyle kanıtlanmıştır.

Fizikçi olduklarından kendi kendilerine şöyle dediler: "Bu cismin tam fiziksel ve kimyasal yapısını ve bileşimini, moleküler düzenini ve etkinliğini araştırıp belirleyelim ve mümkünse başka herhangi bir cisim gibi tam bileşimini keşfedelim. vücut. Şu anda içine giremeyeceğimiz uzun bir deneyler dizisinin sonucunda vardıkları sonuçlar şunlardı:

"Beden, vücutta yerleşik olan enerjinin iradesinin, yani astral bedenin iradesinin etkisi altında, büzülme ve genişleme yeteneğine sahiptir; kendi hacmi; daralması çok daha fazladır, yani hacminin yaklaşık 8 mm'si veya 1/6.250.000'i kadardır. Özgül ağırlığı yaklaşık 12.24 mg'dır. hidrojenden ve havadan 176,5 kat daha hafiftir. İrade, bu beden üzerinde mekanik olarak hareket ederek, hareket gerçekleştikçe onun genişlemesine (yükselmesine) veya büzülmesine (inmesine) neden olur. Bu nedenle yerçekimi yasasına tabidir. Bu bedenin moleküllerini bir arada tutan -henüz bilinmeyen- bir "X" kuvveti (bilinmeyen kuvvet) vardır. Bu cismi oluşturan atomlar son derece küçük, birbirinden ayrık ve ağırdır. Cismin iç yoğunluğu, dış havanınkiyle hemen hemen aynıdır. Vücudun dışındaki havanın basıncı arttırılırsa, vücudun içindeki havanın basıncı da aynı oranda artacaktır. Bununla birlikte, vücut çok yükselirse, parçalanma eğilimi gösterir. Bu cismin ağırlığı da hesaplandı ve yaklaşık 69,5 gr, yani yaklaşık 2*4 ons olduğu bulundu."

Bu sonuçların, birkaç yıl önce Haverhill, Massachusetts'ten Dr. Duncan McDougall tarafından yürütülen ve veremden ölmekte olan bir dizi hastayı öldükleri anda tarttığı bazı deneylerle aşağı yukarı uyuştuğunu söyleyebilirim. . Hastanın içinde bulunduğu karyolayı

hassas bir şekilde dengelenmiş bir teraziye yerleştirdi - böylece hasta, yatak ve her şey tartıldı; ve ölüm anında terazinin ışını yükseldi ve anında kolun üst kısmına çarptı. Ağırlık hesaplandı ve altı vakanın dördünde 2 ila 2 ons arasında olduğu bulundu.1 Bu, bu Hollanda deneylerinin oldukça ilginç bir teyidi gibi görünüyor. Aynı zamanda bize astral bedenin bir anlamda maddi bir şey olduğunu gösteriyor gibi görünüyor - muhtemelen çok ince, ama yine de maddi bir şey.*bir*algı.

Bilincin bu astral bedene, fiziksel bedene yayıldığından daha fazla dağıldığını kanıtlamaz. Bilinç astral beden içinde bir güç noktası olabilir - aynı şekilde şu anda fiziksel beden içinde olabilir. Bunu bilmiyoruz.

Fiziksel ve astral arasındaki başlıca bağlantılar

[1]**Bu deneyler kitabımda uzun uzadıya anlatılmış olarak bulunabilir.*Gelecek Bilim*, Ayrıca*Ölüm: Nedenleri ve Olayları.***

vücudun boğaz ve beynin tabanı olduğu söylenir, ancak daha özel olarak solar pleksus. Astral bedenin ilk hareketlerinin genellikle burnun hemen üzerinde hissedildiği söylenir. (Ajna çakrası.) Bay Hall diyor ki:

"Uyku sırasında onu tutan titreşimler gevşer. Aynı şey, sıklıkla kaçmaya çalıştığı şiddetli hastalık sırasında da geçerlidir. Gelişim sırasında, astral kendi iradesine sahip gibi görünür ve çok hızlı ilerlemeye çalışabilir. Kişi bilmeden.Her zaman tamamen fiziksel bedene benzemez.Ayrılmadan önce ruhun bir kısmı astralde, bir kısmı da fizikseldedir.Ölümde ruh ve astral birlikte fiziksel bedeni terk eder.Astral olamaz. öldürülür ve bir ruhun intihar etmesi ve yaralanması mümkün değildir."

Yazar tarafından dahiyane bir teori ortaya atılmıştır.*manyak,*- yani, deliliğine beyindeki salt zihinsel kusurlar ya da fiziksel sorunlardan çok, eterik ya da yaşamsal bozuklukların neden olduğu.*aracı,*fiziksel ve astral bedenler arasında. Teorisi, deliliğinin bu eterik ortamın bozulmasından kaynaklandığıdır.*bağlantı*veya*bağlantı,*ve astral beden için çekici bir güce sahip olacak, tıpkı anesteziklerin onu dışarı atması gibi, öznenin üzerine yerleştirilebileceği bir alet, muhtemelen elektrikli bir kanepe tasarlamak için oldukça ustaca bir yöntem önerdi. Yani özne, çevresinde dolaşan bir telden elektrik akımı tarafından üretilen kuvvet alanı içine yerleştirilecektir.,ve bu şekilde astral beden, normalde olduğundan daha sıkı bir şekilde fiziksel bedene çekilir ve tutulur.

Şu anda yaşayan yaklaşık 15.000 kişinin az çok astral düzlemde "gördüğü" tahmin edilmektedir; ve yaklaşık elli kişinin bilinçli olarak istedikleri zaman o uçağa girebileceğini. Bay Prescott F. Hall diyor ki:

"Astral beden fiziksel bedenden çözülüp ondan ayrıldığında ve bedenlerin tekrar bir araya gelmesini önlemek için aralarındaki boşluk aura ile dolduğunda, astral uzaya çıkıp kilometrelerce yol alabilir ve görebilir. büyük mesafelerde. Böylece, ilk başta küçük mavi ışıklar gibi görünen diğer ruhları kilometrelerce öteden görebilir. Bedenden ilk çıktığında, astral dünya puslu görünür veya kişi ışığın parlaklığından kör olabilir; ama geriye bakıp fiziksel bedeni net bir şekilde görebilir ve geri dönüş yolunu kaybetmemek için ilk başta onu göz önünde bulundurmalıdır. Hayati süreçlerin her zamanki gibi devam edebilmesi için iki beden arasında da dolaşım kurulmalıdır. Yükselmek için denge gereklidir, çünkü "dışarı çıktıktan" sonra tek bir yerde hareketsiz kalmayı öğrenmek gerekir. Bunun nedeni, kişinin hareket halinde olmaya devam etme eğiliminde olması ve bu nedenle hareket halinde olan ve gerçekte hareketsiz olan diğer şeyleri görmesidir. Bu nedenle, kendisi sabit olana kadar ruhları gerçek boyutlarında veya nesneler arasındaki gerçek ilişkilerde göremez. Gelişim için otururken, kişi genellikle üşür. Bunun nedeni, astral beden şekillenirken fiziksel bedenin titreşimlerini düşürmesidir ve süreç, sinir akımlarının kesintiye uğraması nedeniyle lokal anestezi (duyarlılık kaybı), hatta katılık ve katalepsi üretecek kadar ileri gidebilir.

Böyle bir durum geçicidir ve kişinin oturduktan sonra dinlenmesi gerekir, böylece normal duygular geri dönmelidir."

Bu bağlamda, birçok maddeleşme ortamının, maddeleşmiş form gelişmeye başladığında, - özellikle ayaklar ve alt uzuvlar hakkında - soğuk hissettiğini not etmek ilginçtir; ve aslında birçok psişik fenomen, nemlilik ve soğukluk hissine neden olur. "Soğuk hava" patlamaları ve akımları, tüm psişik çevrelerde çok sık görülen tezahürlerdir ve bir "hayalet"in ve diğer psişik fenomenlerin varlığına eşlik eder.

“Astral beden kendisini fiziksel bedenden ayırdıktan sonra, astral düzlemde görme ve duyma aynı anda başlar; ancak uzay ilişkilerine alışmak biraz zaman alır ve kişinin yardıma ihtiyacı olabilir. Dışarı çıkarken kişi, deneyimin nasıl olacağına dair açık fikirli olmalıdır, aksi takdirde önyargılarının kendilerini düşünce formlarında nesnelleştirme eğiliminde olacağını ve bunlarla gerçek arasında ayrım yapamayacağını görecektir. astral dünyanın nesneleri. "

(Sanırım bunu geçen bölümde ruhsal iletişimlerle bağlantılı olarak açıklamıştım. Karşı taraftan gelen pek çok iletişim arasındaki farkı veya uyuşmazlığı anlamamızı sağlıyor. Kendi çevrelerini veya dünyalarını onlar hakkında yaratıyorlar.)

Akılda tutulabilecek, astral projeksiyonu kolaylaştıran birkaç ilginç zihinsel resim veya nesne vardır. Bunlardan biri, aynada zihinsel bir görüntü, yani kendi resminizi görmektir. Uzayda altı metre kadar arkanızda bir ayna yapın ya da hayal edin ve kendinizi o aynaya geri geri yürürken hayal edin.1

Başka bir alıştırma da, kendinizi vücudunuzdan başınızın yaklaşık on sekiz inç yukarısına kaldırmaya çalışmaktır - tıpkı Baron Muenchhausen'in kendi çizmeleriyle kendini kaldırması gibi!

Tutulması gereken üçüncü bir çok iyi görüntü, vücuttan sızan ya da buharlaşan - sanki tüm gözeneklerden çıkan; ve bunun bir benzeri, buharın çıktığı nemli bir bez görüntüsüdür. Bu akılda tutulmalı ve buharın nemli, sıcak kumaştan çıkması gibi fiziksel bedeninizden yükseldiğinizi hayal etmelisiniz.

Bir başka çok iyi egzersiz de, sanırım daha önce konsantrasyon egzersizleriyle bağlantılı olarak denediğimizi düşündüğümüz bir merdivene tırmanmak.

Bir başka çok iyi egzersiz de ipe tırmanmaktır. Bu egzersizler astral bedene hareket verir ve onun fiziksel bedenden ayrılmasını kolaylaştırır.

Bir başka iyi alıştırma da, üzerinde bir ışık noktası gibi yüzen, yavaş yavaş suyla dolan bir tank hayal etmektir. Amaç, tankın bir tarafında birinin içinden geçebileceği küçük bir delik bulmaktır.

Bir başka iyi egzersiz de kendini dönüyormuş gibi hayal etmektir. Dönen nesneler geliştirme çalışmalarında çokça kullanılır ve bu bağlamda dervişlerin ve diğer Doğuluların dönme egzersizlerine başvurduklarını hatırlayacaksınız - bunların astral bedeni fiziksel bedenden gevşetmek ve vecd hallerini harekete geçirmek gibi temel amacı şüphesiz vardır. sonuç olarak bilinç.

[1]Takip eden bir dizi egzersizi Bay Prescott Hall'un mükemmel çalışmasına borçluyum.

Dönen bir yıldızın görüntüsü, astral bedenin aktivitesini uyarmak için kullanılır. Bir girdabın görüntüsüne odaklanmak veya bir girdapta aşağı yukarı hareket etmek; Bir dalganın yüzeyinde taşınmak gibi, cismin genişleme ve büzülme hissi de çok faydalıdır. Bir kuyudan su çekme görüntüsünün astral bedenin kaslarını güçlendirdiği söylenir.

Çok yararlı bir alıştırma, bir koninin görüntüsüdür. Bir koninin şu ya da bu şekilde görüntüsü, geliştirme çalışmasında oldukça yaygındır, çünkü bir noktaya kadar daralma ya da bir noktadan genişleme fikrini içerir; dolayısıyla bir su hortumundan veya kum saati şeklindeki bir mekandan geçmek kullanılan bir görüntüdür. Dairelerden bir koni yapmak, küçülmek veya büyümek ve böyle bir koniyi tersyüz etmek veya dönen bir diski koni haline getirmek veya tekrar düzleştirerek disk haline getirmek başka bir şeydir. Zihninizde bir ateş alevi imgesi tutmak ve kendinizi alevle özdeşleştirmeye çalışmak, astral bedenin faaliyetini canlandırmak için çok faydalı başka bir zihinsel imgedir.

Bu astral projeksiyonu geliştirirken, muhtemelen her şeyden önce belirli ön görme ve

işitme deneyimlerinden geçeceksiniz. Işıkları, görüntüleri, figürleri görecek, çeşitli türde sesleri duyacak, anlaşılmaz seslerden güzel müzik türlerine kadar her yolu göreceksiniz.

Bay Prescott Hall, “Astral Seyahat” konulu çalışmasında bu konudaki kendi deneyimlerini şu şekilde özetlemiştir:

"Görülen en belirgin nesneler, bir Yunan profili ve türbanlı bir Hindu'nun başı ve omuzlarıydı.
Bunlar tamamen farklıydı. Parlak kırmızı bir nesne. Üçüncüsü, büyük, yuvarlak, mavi ışıklar. Dördüncüsü, küçük mavi ve sarı bir ışık. Beşincisi, manzaralar, bazen iki ton, bazen de doğal renkler. Altıncı, parlak boşluklar veya sis veya renk lekeleri; sık sık kişilerin ana hatlarını çizer, ancak kesin ayrıntılar göstermez. Yedinci, her türden düzensiz şekilli figürler, beyaz renkli ve genellikle mavi gökyüzünün bir parçasında görülen ... veya kağıt mendil figürleri. Bunlar belki de en nadir manzaralardı ve üretmek için en fazla çabayı gerektiriyordu.

“Duyulan başlıca sesler şunlardı: buhar çıkışı gibi bir tıslama veya ıslık sesi; tek nota; genellikle dinleyici için yeni olan müzikal ifadeler. Bilinen ilahi ezgileri ve diğer ezgiler. Harmonikler,—genellikle çok güzel. Düzenli sırayla değişen iki veya daha fazla nota. Bazen uyum içinde bir çan veya çan sesi. Bir örsün vuruşu gibi metalik sesler."

Hatırlayacağınız gibi, bu sesler, sesler ve her türden müzikal armoniler Yoga gelişimine özgüdür; “Nada'nın Sesi”ni tartışırken söylediğimiz gibi, çeşitli aşamalarda duyulan içsel “sessiz ses”. gelişme.

Bu astral bedenin projeksiyonu sorusu çok önemlidir, çünkü her şeyden önce, tüm psişik deneylerin en ilginçlerinden biridir; ve göreceğiniz gibi, bir anlamda üç okulun da -Yoga, Okült ve Psişik- erişilen amacıdır. Hepsi farklı yollarla hemen hemen aynı sonuca varmaya çalışır; ve ona farklı derecelerde kendine hakim olma ve kendinin bilincinde olarak ulaşırlar. Yogi, bu astral bedeni istediği gibi yansıtabileceği mükemmellik derecesini elde ettiğinde, çok uzak mesafelere seyahat edebilir ve uzaktaki olayları görebilir ve duyabilir; mesafe; ve aynı zamanda uzun süreler boyunca gönüllü olarak gömülmeyi mümkün kılar - gömme vb. — astral beden fiziksel bedenden çıkarılıyor. Duyu bedeni tamamen gitmiş olduğundan, fiziksel beden, şimdilik, bir anlamda yaşamın onda kalmasına yetecek kadar bitkisel işlevlerini sürdürmekle yetinir. Ancak, bu teoriye göre, fiziksel bedenin, astral bedenden bu "astral kordon" veya bağlantı yoluyla astral bedene bağlanan sürekli bir yaşam akımı tarafından desteklendiğini göreceksiniz. Yeniden canlanan ve trans halinden kurtulan Yogi, bu gömülme döneminde -dış dünya için görünüşte "ölü" olduğu sırada- içinden geçtiği deneyimleri hatırladığını iddia eder. içinde kalmak için. Ancak, bu teoriye göre, fiziksel bedenin, astral bedenden bu "astral kordon" veya bağlantı yoluyla astral bedene bağlanan sürekli bir yaşam akımı tarafından desteklendiğini göreceksiniz. Yeniden canlanan ve trans halinden kurtulan Yogi, bu gömülme döneminde -dış dünya için görünüşte "ölü" olduğu sırada- içinden geçtiği deneyimleri hatırladığını iddia eder. içinde kalmak için. Ancak, bu teoriye göre, fiziksel bedenin, astral bedenden bu "astral kordon" veya bağlantı yoluyla astral bedene bağlanan sürekli bir yaşam akımı tarafından desteklendiğini göreceksiniz. Yeniden canlanan ve trans halinden kurtulan Yogi, bu gömülme döneminde -dış dünya için görünüşte "ölü" olduğu sırada- içinden geçtiği deneyimleri hatırladığını iddia eder.

Bu astral beden, elbette astral ya da dördüncü boyut düzleminde görev yapacaktır ve -normal uyku sırasında- daha önce bahsettiğimiz "Görünmez Yardımcılardan" birini oluşturmaktadır. uykuda ama bilinçsiz olanlar, yeni ölmüş olanlar vb.

Örneğin, Avrupa'daki bir savaş alanında astral ya da ruh dünyasının çok yoğun bir yer olduğu söyleniyordu. Ölenlerin ruhları sürekli olarak daha yeni gelenlere yardım etmeye, onları fiziksel bedenlerinden çıkarmaya ve kendilerini bulmalarına yardım etmeye, onları birbirleriyle temasa geçirmeye ve daha sonra kendi akrabaları ve arkadaşlarıyla; ve belki daha sonra medyumlar ve diğer psişikler aracılığıyla bizimle iletişim kurmak için.

Astral beden, elbette, ruhla çok yakından bağlantılıdır.*rüya bedeni*, - aşağı yukarı özdeş olduğu. Hollandalı Dr. Van Eeden, rüya bedeninde kendi üzerinde son derece ilginç bazı deneyler yaptı. Bilincini bu bedene aktarmaya çalıştı, böylece uyku sırasında olan her şeyi hatırladı; ve bu bedeni kontrol ederek, onun aracılığıyla, bu maddi dünyadaki fiziksel nesneleri manipüle edebilmesini sağlamak. Bunu tam olarak başaramadı, ama ona çok yaklaştı ve tam bir ikili bilinç uyandırdığı ölçüde başardı. Kollarını göğsünde kavuşturmuş, yatakta uyuduğunu çok iyi hatırlıyordu; Ve*aynı zamanda*pencereden dışarı baktığını net bir şekilde hatırladı ve bir köpeğin koşup camdan ona baktığını ve tekrar kaçtığını gördü - ve o karakterin ayrıntıları.

Daha sonra fiziksel bedeninin üzerinde uzandığı kanepeye doğru süzüldüğünü, yanına uzandığını hatırladı - ve bir dakika sonra uyandı ve tabii ki yeniden fiziksel bedenin içindeydi. Ama iki bedenin bilincine dair o aşırı ikilik duygusuna sahipti.

Şimdi, bu bizi denemekle ilgileneceğinizi düşündüğüm bir psişik deneye getiriyor - ve bu:*gerçek rüya.*Bu konu hakkında belki çok şey duymuş olabilirsiniz. Yürütülebilecek, "gerçek rüyalar"ın uyandırılabileceği pratik bir deney vardır.

Uykuya dalma sürecinde kendinizi gözlemlemeniz çok önemlidir; bilinci rüya durumuna geçiş sürecinde gözlemlemek. Kendi üzerinde bu karakterde deneyler yaparsan, yavaş yavaş uykuya daldığın ana kadar kendini bilinçli olarak kontrol etmen sağlanır; ve bu kendini gözlemleme -uykuya gitme bilinci- son derece ilginçtir. Bunu yapmayı öğrendiğinde, zihninde, zihninde sıkıca tutman gereken kesin bir sahne inşa et. Sonra uykuya dalarken, bu sahneyi gözünüzün önünde tutarak, son anda -uykuya dalmadan önce- bilinçli olarak sahneyi kendinize aktarın, yanio *resme adım atın,*ve kendinizi gereken noktaya kadar geliştirdiyseniz, kesintisiz bir bilinci rüya resmine taşımanız mümkün olacaktır; ve bu şekilde mükemmel bir düşünce sürekliliğine sahip olursunuz; bilinçte herhangi bir kesinti yoktur; rüya resmine adım atarsın ve bilinçli olarak rüya görmeye devam edersin. Bu, gerçek rüya görme sürecidir ve bu rüya tam olarak canlandırıldıktan sonra, uyku döneminde meydana gelen her şeyi mükemmel bir şekilde hatırlamanız gerekir.-

• • • • • • • • • •

Sanırım artık gitmek için yola çıktığımız yolu katettik; ana Yoga öğretilerinin bir özgeçmişini verdik, Okültizm ve Psişik Olaylarla ilişkilerini gösterdik ve astral bedeni yansıtmanın bu pratik, deneysel yöntemini açıklayarak bitirdik.

Sonuç olarak, bu çalışmanın Yoga öğretileri hakkında net bir fikir verdiğini ve yalnızca düşüncenize değil, pratik, günlük yaşamda da faydalı olacağını umuyorum.

SÖZLÜK

YOGA.Kademeli Çileci Uygulamalar Sistemi.
YOGI.**Yoga yapan kimse.**
YAMA.**kısıtlama; arınma**
NIYAMA.Kendini teslim etme; ölüm vb.
ASANA.**Bedensel Duruş**
PBANA.**Bir Psişik Enerji, nefes alırken vb.**
PRANA YAMA.**bilimsel yönü*Prana.*(Nefes egzersizleri.)**
MANTRA.**Sık sık tekrarlanan ritmik bir mısra veya dua.**MANTRAYOGA.**Yoga'nın Mantralara ayrılan bölümü.**PBATYAHABA.**iç gözlem; meditasyon.**
ABANA.Konsantrasyon.
DHYANA.**Birleşme; Aklın Taşması.**
SAMADHI.**Kozmik Bilinç; Mutlak ile Birleşme.**KUNDALINI.**Olguların bağlı olduğu Sır, Kutsal Enerji.**
KUNDAKSI YOGA.**Kundalini ile ilgilenen Yoga şekli.**
ÇAKBA.**Vücutta bir Psişik Merkez, tarafından uyandırıldı*Kundavni. Karma.*Etki ve tepki; Neden ve sonuç; Sonuçlar.**TATTVA.**Eter: Hindulara göre birkaç tane var.**
Tattvas.
SHAKTI.**Yaratıcı veya Üretken Güç.**
SHAKTA.**Shakti'ye tapan biri».**
BRAHMAN.**Mutlak.**

(Diğer Sanskritçe veya Sıradışı Sözcükler ve Terimler Metinde açıklanmıştır.)

Abhedananda, Swami, 4;6;
260; 264; 265.
Acharya, PS, 261-63.
Ajna Çakra, 148-49.
Simya, 215-20.
Anahata Çakra, 148. Çatışkılar, Kant'ın, 93.
Asana, 18-19; 24-41*pasim.*Çilecilik, 144-45.
Astral Beden, 266-89*pasim.*Astral Işık, 232-33.
Atlantis, 189-90.
AUM,**68-71.**
Aura, 53-54; 277.
Avalon, Arthur, 48; 72; 73; 99; 120; 132; 137; 138-39; 140; 141;145; 146; 147;
150; 151; 156; 157; 167; 175-76; 179; 210.
Denge, Bedensel, 39.
Banda, 154.
Baraduc, Dr.1., 269.
Benares, 151.
Bergson, Prof., 90; 250.
Besant, Annie, 26-27; 206. Kara Büyü, 220-33*pasim.*Kara Kütle, 224-25.
Mülayim, Oliver, 77-78; 259. Blavatsky, HP, 139; 169-70;
170-71; 202-03.
Kan, Okült, 225-26.
Cesetler, Çeşitli, 130-31.
Boirac, Emile, 215.
Bilincin Kırılmaları, 99-
102**.**
nefes alma*V.*Pranayama.
Browne, Robert T., 158.
Bucke, Dr., 115-16; 124. Budizm, 9-10.
Caduceus of Mercury, 169. Karbonik Asit Gazı, 258. Carpenter, Edward. 15-16; 179-80.
Göksel Evlilik, 167.
Sansür, 205-06.
Çakralar, 140-57*bazen;*166-82*pasim.*
Chitta, 85-86.
Chunz Tzu, 56.
Taşlar Şehri, 147. Durugörü, 247-49.
Clymer, RS, 197.
Bedenin Soğukluğu, 179.
Collins, Mabel, 184.
Renkler ve Müzik, 254. İletişim, 240-42. Konsantrasyon, 95-99.
Kozmik Bilinç, 114-20; 124.
Kozmik Resim Galerisi, 66. Cosmogany, Hindu, 8-9.
Pamuklu, Angelique, 145-46. Düşünce Yoluyla Yaratılış, 235-36. Crookes, Sör William, 216.
Yoganın Tehlikeleri, 172.
Davis, AJ, 256.
Descartes, 86.
Müfreze, 17.
Determinizm, 187-89.
Şeytana İbadet, 224-25.
Çiy, Kutsal, 152.

Dharana, 21-22; 84-102*kısmen.**
Dhyana, 22; 103-125*pasim*.Diyet, Okült, 31-36.
Çeyiz, Dr. Wm. H., 202. Düşler, 121-23.
Dream Bod}", 288-89.
Gerçek Düş Görmek, 288-89.
Uyuşturucular ve Bilinç, 118-20**; 131-32.**
Zihnin Dualitesi, 93-94; 111: Durville, H., 269.
Edison, Thomas, 238.
Sekiz Katlı Yol, 11-12.
Einstein, 165.
Elektrik Dalgaları, 259.
Enerji, Akımlar, 245-47. Epistemoloji, 104.
Erwin, Marion, 9.
Ebedi Şimdi, 64-66.
Eter, 134-37.
Öklid, 158.
Evans, İK, 232-33.
Havva ve Yılan, 143-44;
210**.**
Periler, 228-30.
Oruç, 35-36.
Ateş, 195-96.
Fitzgerald, Edward, 112-14. Flagg, Wm. J., 27-28; 56-57. Fletcher, EA, 29-30.
Yemek, Soru, 31-36. Dördüncü Boyut, 156-57;
158-66*pasim*.
Tilki, Oliver, 204.
Hür İrade, 187-89.
Fransızca, Miriam, 59-60.
Ganj, 151-52.
Harf Çelengi, 141.
Glcw, Bedensel, 19-20.
Büyük Nefes, 136; 137. Eşik Bekçileri, 204-210.
Haeckel, E., 135.
JS, 44.
Hall, Prescott F., 35; 252-54; 259; 278; 281; 282-83; 284-85.
Hara, O. Hashnu, 68-71. Tırmık, B., 165.
Hartmann, Dr. Franz, 234-35. Hindu Büyüsü, 190-93.
Hindu Spiritüalizmi, 260-64. Hodgson, Dr. R., 251.
Brahman Deliği, 151; 152. Ev, DD, 148.
Huxley, 88.
Hiper katılar, 160.
Hyslop, JH, 244-45.
Ada, 142.
Tütsü, 75-79.
Delilik, 281-82.
Görünmezlik, 230-32.
Jacolliot, L., 258; 264.
Jaimini, 3.
James, William, 17; 49; 85; 132; 235.
Kabala, 67.
Kalpa, 8-9.
Kant, 93.
Karma, 10; 184-87.
Kitch, Prof., 9.
Bilgi, 7-8.
Kosa, 134.
Kundalini, 129-57*bazen;*166-82*pasim*.
Lalana Çakra, 150.
Lancelin, Charles, 225; 270.
Lao-Tze, 16.
Layayoga, 4; 170.
Leadbeater, CW, 140; 141;
150; 247-48.
LeBon, G., 92.
Levi, K, 60; 78; 254-55. Havaya kaldırma, 57.
Yaşamın Doğası, 36-37.
Yaşam ve Ölüm, 238-40.
Hafif, 116-17; 197; 256-57. Loca, Sör Oliver, 134; 230. Lombroso, 52; 76; 147.
MacDougall, Dr. D., 280. Manas Çakra, 150.

Manipura Çakra, 147-48. Manning, Prof., 160.
mantralar*V.*Mantrayoga. Mantrayoga, 62-75*geçici.* Marquis, Don, 61.
Matla, Dr., 278.
Maudsley, Dr., 67.
Maya, 5; 9.
Metabolizma, 156-57.
Akıl ve Beyin, 87-90.
Ayna, Kullanımı, 258-59. Ayna Yazısı, 165.
Morselli, H., 208.
Mozumda, AK, 193.
Mudralar, 153-54; 176-77. Muladhara Çakra, 146-47. Müzik, Okült, 252-55.
Myers, FWH, 267. Mysteries of Myra, 274. Mistisizm, 200.
Nada, Sesi, 138; 169-72.
Nadis, 46; 138-39.
Niyama, 16-17.
Nyaya, 3.
Okültizm, 212-14.
Ojas, 152.
OM V, AUM.
Palladino, E., 58-59; 230; 271. Papus, Dr, 21J2-13.
Patanjali, 2-3; 6; 41; 183-84. Çok Değerli İnci, 171. Parfümler, 75-79.
Farsça Yoga, 194-97.
Yapraklar, 140-41.
Epifiz Bezi, 200-204.
Pingala, 142.
Piper, Bayan LE, 251-52. Hipofiz Gövdesi, 200-204.
Platon, 91; 189.
Poltergeist Vakaları, 145-46. Kapıcı, WT, 258.
Sempati Tozu, 220-21. Prana*V.*Pranayama. Pranayama, 19-20; 42-61*bazen;*137; 258.
Pratyahara, 21; 79-83*geçici.* Prayoga, 153.
Prince, Dr. Morton, 205. Psişik Güçler, 155; 168. Psiko-Dinamik Teori, 208. Purva Mimansa, 13.
Sorular ve Cevaplar, 126-28.
Ramacharaka, Yogi, 3; 4; 55-56.
Redgrove, HS, 217. Reenkarnasyon, 185-86. Gevşeme, 38-39.
Yankı, 247.
Görelilik, 135-36.
DeRochas, A., 269.
Royce, J., 111-12.
Russell, Bertrand, 94.
Sahasrara Çakra, 146; 149. Samadhi, 22; 103-125*geçici.*
Sankhya, 1-2.
Şarkar, BK, 149.
Satanizm, 224-25.
Schröder, Theodore, 228.
Nesneleri Görmek, 103-08.
Cinsiyet, 144-45; 146.
Parlatıcı, MG, 197-99.
Sidis, WJ, 166.
Gümüş Kordon, 277-78.
Altı Sistem, 1-3.
Uyku, 37.
Solar Pleksus, 43.
Soma Çakra, 150.
Sessiz Ses, 169.
Uzay, 117-20.
Büyüler, 223-24.
Ruh, Tanımlı, 133-34. Manevi Öğretmenler, 25-26. Steiner, Rodolph, 165;205;
207; 208-10; 225-26.
Strath, Dr. Ronald, 203.
Sokak, JC, 200.
Sushumna, 139.
Svadhishthana Çakra, 147.
Tattvas, 134-37; 142. Telepati, 52.
Boncukları Anlatmak, 75; 99. Termier, Prof., 189-90. Tesseract, 160.
Testler, Ateş ve Su, 197-99. Theresa, St., 109-10.
Üçüncü Göz, 117.
Thomson, JJ, 192.
Thorndyke, EL, 124; 132. Düşünce Fotoğrafı, 235-36.
166.
Zaman, 117-20; 165.

Hayat Ağacı, 142.
Üçlü, 210.
Gerçek, 107-08.
Vaisheshika, 3.
Vampirler, 228.
Van Elden, F., 288.
Vedanta, 2.
Vishuddha Çakra, 148. Vivekananda, Swami, 3; 4; 28-29;168-69;172-74; 244; 260; 261.
Vogabala, 153.
Nada'nın Sesi, 138; 169-72.
Sessizliğin Sesi, 169-71. Vudu, 223.
Bekle, AE, 225-227.
Su, Gücü, 257.
Astral Bedenin Ağırlığı, 280. Wells, II. G., 165.
Wentz, S., 228-29.
Beyaz Büyü, 233-35. Büyücülük, 222-24.
Cadı Merhemi, 222-23. Güç Sözleri, 62-64; 227.
Yama, 12-16.
Yogalar, Çeşitli, 4; 193. Yonimudra, 154.
Zaalberg van Zelst, Dr., 278. Zeno, 94.
Zöllner, Prof., 163.